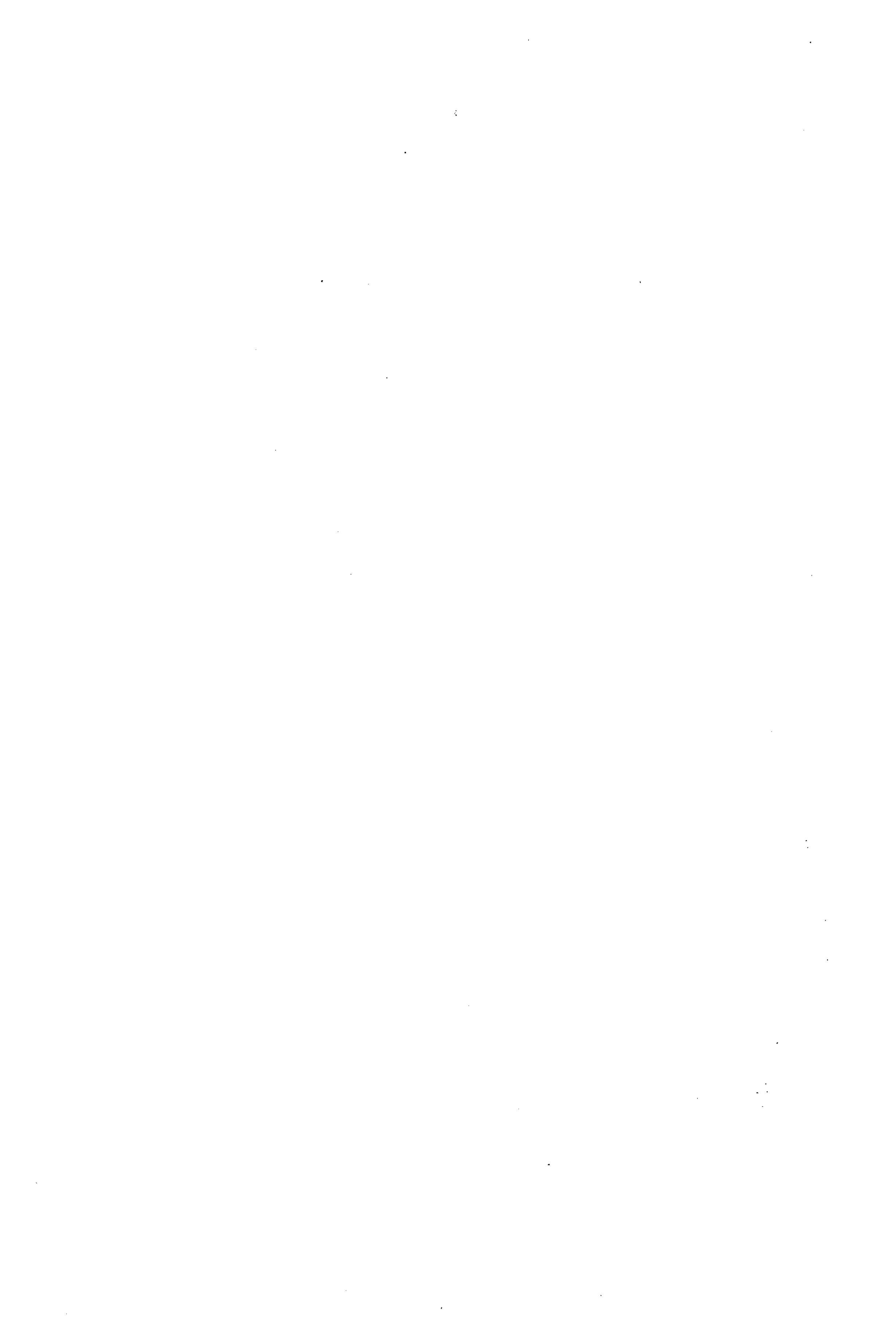

كيف
تتعاملين
مع طفلك
سريع الغضب



كيف تتعاملين مع طفلك
سريع الغضب

عــزة مصــطفى

دار الخلود
للنشر والتوزيع



اسـم الـكـتـاب: كيف تتعاملين مع طفلك سريع الغضب

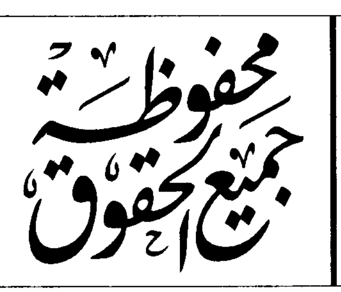
اسـم الـمـؤلـف: عزة مصطفى

الـنـاشـر: دار الخلود للنشر والتوزيع

رقـم الإيـداع: 2013 / 20108

الترقيم الدولى: 1 - 59 - 5313 - 977 - 978

الإشراف العام: وائـل سميـر



دار الخلود

للنشر والتوزيع

42 سوق الكتاب الجديد بالعتبة - القاهرة

محمول: ٠١٢٨١٦٠٧١٨٥

فاكس: ٢٥١٠٢٩٥٤

E-Mail: DAR_AlKHOLOUD@YAHOO.COM

المقدمــــة

كيف تتأثر نفسية الطفل ؟

تعد الأسرة المترابطة من أهم العوامل التي تسهم بشكل كبير في تشكيل شخصية الفرد وتحديد سلوكه ومبادئه، فضلاً عن دورها في تعليم الطفل كيفية إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، كما أن للأسرة تأثيراً كبيراً في إشباع رغبات الطفل النفسية وبنائه نفسياً بشكل سليم.

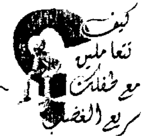
لذا فالأسرة لها دور مهم في تشكيل نفسية الطفل إما بالسلب أو بالإيجاب. وذلك من خلال مجموعة من العوامل الرئيسية التي تؤثر على نفسية الطفل، وهي:

الخلافات بين الوالدين والتوتر الدائم، وعدم توافر جو من الحوار والتفاهم، حيث تسهم هذه الخلافات في اكتساب الطفل أنماطاً سلوكية غير سوية كالغيرة والأنانية وحب الشجار والميول إلى العدوانية.

وقوع انفصال أو طلاق بين الوالدين، مما يؤدي إلى فقدان الطفل لثقته بنفسه، فضلاً عن شعوره بالنقص عن أقرانه بسبب غياب القدوة التي يمكنه أن يحتذي بها.

حرمان الطفل من والديه وعدم وجود بديل لهما يوفر الجو الأسري والدفء والاطمئنان.

الإهمال ونقص الرعاية من جانب الوالدين لها دور كبير في التأثير على الطفل في الشعور بعدم الأمان والوحدة ومن ثم يتكون لدى الطفل سلوك عدائي تجاه الآخرين.



اتباع أساليب تربوية تتسم بالسيطرة والخضوع والاستسلام، وفرض النظم الصارمة التي تقيد الطفل وتمنعه من الابتكار أو الإبداع.

عدم الاكتراث بالرعاية الصحية للطفل إثر أي مرض يتعرض له، يعد بمثابة عامل أساسي في تشكيل عبء على نفسية الطفل.

عدم توافر وسائل النظافة والوقاية الكافية لتوفير جو صحي سليم بالبيت.

إصابة أحد أفراد الأسرة بمرض نفسي أو إدمان أحد الوالدين، مما يترتب عليه أن يقع الطفل تحت ضغوط وأعباء نفسية تولد شخصية مكتئبة وشكاكة وعدوانية.

أمية أحد الوالدين أو نقص المستوى الثقافي لكلا الوالدين، حيث يستشعر الطفل بحدوث غربة بين أفكاره وأفكار والديه وأنه لا يستطيع التحاور والتحدث معهما.

استخدام أسلوب عنيف في توجيه الطفل وتقويم سلوكه سواء بالضرب أو بالشتم.

كيف يمكن معرفة أن الطفل يعاني من أمراض نفسية؟

تتضح إصابة الطفل بأمراض نفسية من خلال مجموعة من المظاهر، ومنها:

ظهور أعراض الفزع والقلق والاكتئاب على الطفل.

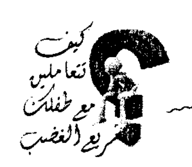
فقدان شهية الطفل وإصابته بالعديد من الاضطرابات الجسمانية.

تأخر الطفل دراسياً.

ضعف ذاكرة الطفل وعدم القدرة على الفهم.

إصابة الطفل بالتعب والإجهاد لأقل مجهود يقوم به.

انحراف سلوك الطفل وقيامه بسلوكيات غير أخلاقية كاللجوء للسرقة والكذب.

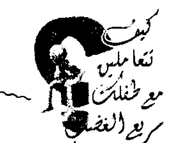


نفسية الطفل في شهوره الأولى

المزيد من الصورتأخذ نفسية الطفل بالتبلور منذ الشهور الأولى من حياته . ولقد كشف علم النفس الحديث عن الأهمية الأساسيّة للمرحلة الفميّة في صياغة مستقبل الطفل، والمرحلة الفميّة هي ـ على التحديد ـ تلك الفترة التي تعقب الولادة مباشرة وتمتد حتى الشهر الثاني عشر من حياة الطفل . ولقد ثبت أنّ من الصعب كثيراً، إن لم نقل من المستحيل، على الوليد الجديد التمييز بين النهار والليل والنوم واليقظة، إذ يتركز اهتمامه الرئيسي على التغذية، والتغذية تتمثل بالنسبة إليه في ثدي أمه، فالثدي هو الشيء الأوّل الذي يتعرفّه الطفل في الواقع الجديد الذي يعيش فيه . وهو يحاول عن طريق أفعاله الإنعكاسيّة وعواطفه ودوافعه الحركيّة تجنب الألم والتماس لذّة رضاعة الثدي .

ويعرّف الطور الأول من حياة الطفل ـ وهو طور بالغ الأهميّة في نموّه النفسي ـ بالمرحلة الفميّة، لأن هذه المرحلة ترتبط بصورة اوّلية بالفم ونشاط الفم . وتقسم المرحلة الفميّة أحياناً إلى فترتين وفق العلاقة التي تتوطد بين الطفل وأمّه، وتسمى الفترة الأولى بالمرحلة الفميّة، أو مرحلة الرضاعة من الثدي، وتمتد من الولادة حتى ستة أشهر . أمّا الفترة الثانية فتعرف بمرحلة المضغ، أو المرحلة الساديّة الفميّة، أو مرحلة الخضم وهي الأكل بجميع الفم أي بوحشية . وتمتد هذه المرحلة من الشهر السادس تقريباً حتى الشهر الثاني عشر .

وتتمثل مرحلة الرضاعة بتوطد علاقة أساسيّة بين الطفل وأمّه، وهي علاقة نفسية وجسميّة، ولذلك تصبح الرضاعة من الثدي وكل ما يتصل بها من أنشطة أساساً لتكوين شخصية الطفل ونفسيته . والحق أنّ الرابطة العاطفية الأولى للطفل



مع أمّه تتمثل في حاجة الطفل إلى الدفء والملامسة، وكذلك في تعلّقه بأمّه وتتبعها بعينيه وبحاسة شمّه، ثم إنّ الوليد الجديد يميّز تمييزاً واضحاً الروائح المحيطة به كما يميّز فوراً رائحة جسم أمّه وحليبها . والمرحلة الفميّة لاتتضمن كل ما يجري في أثناء السنة الأولى من حياة الطفل، بل تمثل في الواقع استقطاباً لحاجاته، وهي حاجات غذائية بصورة أساسيّة تتخذ شكل بكاء وصراخ ورغبات معيّنة وتقوم الأم باشباع هذه الحاجات بارضاع طفلها وشدّه إليها .

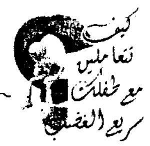
وقد أظهرت الدراسات الحديثة أن الفترة الثانية من المرحلة الفميّة هي المرحلة التي يتمثل فيها أكبر قدر من عدوانية الطفل وساديته، أمّا في أثناء فترة المضغ والعضّ التي ترافق فترة ظهور أسنان الطفل، فالطفل يظهر امتعاضاً شديداً من طريقة اشباع حاجاته إلى الطعام . وتتسم هذه الفترة برغبة الطفل في العض والقضم والتهام ثدي أمّه التهاماً شرساً، لأنه لا يشبع حاجته إلى الطعام إشباعاً كاملاً . وتفسّر عدوانية الطفل هذه بأنها محاولة من جانبه للتمسك بشيء يعدّه حيويّاً بالنسبة إليه، ولا يريد أن يفقده، وتتصف المرحلة الفميّة بوجود أعمال انعكاسيّة معيّنة توجد منذ الولادة . والحقّ أنّ منعكس الرضاعة ليس مجرّد استجابة لمنبّه يشعر به داخل فمه، بل إنه أكثر تعقيداً من ذلك، فالطفل يشرع عند الولادة بإدارة رأسه عندما يلمس خدّه، ويفتح فمه عندما تلمس شفتاه ويرضع عندما يشعر بمنبه داخل فمه، ويبلع عندما يصل الطعام إلى مؤخّرة حلقه .

وتتطوّر عملية الرضاعة هذه بسرعة بعد الأيام الأولى لتشمل البحث عن ثدي الأم عندما تسند الأم طفلها إلى جسمها، فيبدي حركات دالّة على الرضاعة عندما تعدّ الأمّ نفسها لارضاعة فيمص ابهامه وغير ذلك من الأشياء . وتختلف الحاجة إلى الرضاعة من حيث شدّتها وطول فترتها من طفل إلى طفل، فمن الأطفال من

يرضى بالرضاعة من الثدي أو من زجاجة الرضاعة، ومنهم من يرغب في الإستمرار بالرضاعة بالرغم من شبعه . ومع بداية الشهر الثاني يبدأ الطفل بإبراز لسانه ورفع إبهامه إلى فمه لمصّه . وفي أثناء ذلك يمص الطفل أصابعه أو أي شيء آخر يلامس فمه، ويشرع في البحث عن ادراك العالم الخارجي وتعرّفه بواسطة الحواس الخمس .

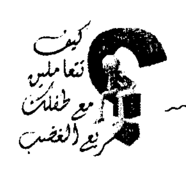
ومن الجدير بالذكر أن هذه الفترة لاترافق نهاية المرحلة الفميّة، وإن كان كثير من الناس يعتقدون ذلك، فالدوافع الفميّة تستمرّ لسنوات وأحياناً تستمر طوال الحياة وإن كانت هذه الدوافع تفقد بالطبع أولويتها .

ومن جهة ثانية، ينبغي لكل أم أن تعلم أنّ طريقة الفطام تؤثّر في النمو اللاحق للطفل تأثيراً عميقاً، فالفطام الذي يتم على عجل بطريقة متبلّدة يعوزها الشعور ـ ولا سيّما إذا كان الطفل يعتمد بصورة أساسية على حليب أمّه فحسب ـ غالباً مايثير في الطفل مشاعر القلق وعدم الارتياح والتهيّج، ويدفعه إلى نوبات من الغضب والأحاسيس السلبية نحو أمّه، وكذلك يدفعه إلى تحريك لسانه باستمرار بما يوحي بحاجته إلى الرضاعة، كما يحمله على الأرق والبكاء . وينشأ أحياناً اضطراباً حقيقياً ناجماً عن الفطام يؤدّي إلى أنواع عديدة من الأمراض الهضميّة والتقيؤ المتكرّر، وعدم رغبة الطفل في بلع الطعام الذي يقدّم إليه . وقد يدوم رفض الطفل هذا لتناول الطعام بطريقة مختلفة فترات طويلة متفاوتة من الزمن، ويتمثّل في رفض الإنتقال من تناول الأطعمة السائلة إلى تناول الأطعمة الجامدة، وكذلك في الإنتقال من الرضاعة من ثدي أمه، أو من زجاجة الرضاعة إلى عملية البلع التي يجب أن تتم باستعمال الملعقة . والحقّ أنّ الفطام يستلزم تكيّف فم الطفل وفق وضع مختلف يبدأ بالشفتين ثمّ باللسان، فإذا لم يحفز الطفل على تكييف فمه بمواجهة هذا الموقف الصعب من الناحية النفسية على الأقل فهو لا يبدى دائماً رغبة في ذلك، والفطام الذي يتسم



بالصرامة المفرطة ولا يراعي حاجات الطفل تمارسه في العادة الأمهات اللواتي يرغبن في اتباع النظام الشديد الصارم الذي تعوزه العاطفة والحنان . وهذا الأسلوب ينم عن تربية تتسم بالقسوة والصرامة في مواجهة المواقف الصعبة، ولذلك تنشأ بين مثل هؤلاء الأمهات وأطفالهن علاقة تقوم على الأستياء القوي المتبادل الذي يتمثل في حوادث متكرّرة وطويلة من الإنتقام ربّما عادت إلى الظهور في المستقبل .

ومن جهة أخرى هناك فئة من الأمهات لا يفطمن أطفالهن حتى وقت متأخر، ويدل هذا التأخير في الفطام على حرصهن الشديد على أطفالهن وحمايتهم لهم، إذ لا يرغبن في فقدان الصلة بهم، لذلك يحضنّ أطفالهن أطول مدّة ممكنة . وربّما دلّ سلوك هؤلاء الأمهات على أنهن يلتمسن كذلك تعويضاً عن مشاعر سابقة أو حقيقية بخيبة أمل واستياء من أزواجهن، أو ربما كنّ ينشدن الوحدة فحسب، أمّا الأطفال الذين ينشؤون برعاية أمهات يبدين قدراً مفرطاً من الحماية لهم فغالباً ما تتكون لديهم مشاعر معاكسة مزدوجة، إنهم يظلّون متعلقين بأمهاتهم بطريقة تكاد تكون غير سليمة، فهم اتكاليون سلبيون لا يقدرون على التصدي للاحباطات والمصاعب التي تواجههم في الحياة اليوميّة ويلتمسون العون فوراً عندما تواجههم مشكلة صغيرة . ثمّ إنهم، من جهة أخرى، لا يطيقون هذا الافراط في الحماية من جانب أمهاتهم، فمثل هذه الحماية قد تصبح ثقيلة الوطأة قابضة للصدر، يتمثل فيها دور الأم كشخص مستبد يحول دون استقلال الطفل في أي عمل من الأعمال ويورث الطفل خيالات عدوانية تحلّ محلّها ـ بصورة مستمرّة ولا شعوريّة ـ مشاعر عدم الأمن والإحساس بالذنب . والحقّ أن المرحلة الفميّة ربّما استغرقت أكثر من اثني عشر شهراً فذلك يتوقف على شخصية الأمّ والطفل ولكن القدرات الحسيّة المتزايدة التي تظهر في أثناء السنة الأولى من حياة الطفل تصبح ثانوية من حيث أهميتها بعد أن تكون قد أدّت وظيفة أوّلية في تكوين شخصية الطفل .



أسلوب التربية .. وصحة الطفل النفسية

إن تكوين شخصية الفرد ناتج بدرجة كبيرة من عمليات التعلم التي مر بها خلال تفاعله مع البيئة خاصة فى فترات الطفولة والشباب حيث تزداد القابلية للتعلم أثناء مراحل النمو الأولى.

فأنت مسئول بالدرجة الأولى عن شخصية ابنك أو ابنتك .. فأنت الذى تغرس فيه السلوكيات الايجابية أو العادات المرضية البذيئة

فالطفل - بل وحتى الفرد البالغ - يحاكى ويقلد ويتوحد مع شخصيات المحيطين به

فأنت مسئول عن تعليم ابنك - بل وكل من له علاقة ذات استمرارية معك سلوكيات مثل النظام والمسئولية أو الاستهتار والاعتمادية .. الاتزان أو الاندفاع والحماقة.

فالآباء الذين يشكون من جحود أبنائهم أو عصيانهم سيجدون أنهم لم يعلموا أبناءهم عادة الشكر والتقدير واحترام وتقبل الآخر

فالطفل الصغير إذا لم يتعلم أن يبدى شكره وامتنانه - بالفعل وبالتعبير اللفظي الواضح - عند كل مساعدة يحصل عليها .. ينشأ جاحداً غير شاكر .. وغير مقدر لعطاء الأخرين.

والطفل الإعتمادي المدلل الذى تعود أن يحصل بسهولة على كل شئ ينشأ ضعيف الشخصية عاجزا عن الكفاح من اجل تحقيق أحلامه وأهدافه

والطفل الذى يرى والده لا يهتم بتقدير الآخرين والاهتمام بأمورهم ينشأ أنانياً ونرجسياً يعشق ذاته ولا يحب سواها.

والآباء الذين يشكون من استهتار وفوضوية الأبناء تجدهم مقصرين فى تعليم أبنائهم منذ الصغر النظام والالتزام وتحمل المسئولية.

فيجب أن يتعلم الطفل منذ الصغر أن يرتب سريره وملابسه وغرفته وكتبه .. وان ينظم يومه وساعات مذاكرته ولعبه كذلك فإن الشكوى الدائمة من الأبناء لا تعدل سلوكهم.

كما أن الإسراف فى النصائح والتوجيهات .. أمر ممل وغير محبب بل وغير مجد فى كثير من الأحيان.

ولكن الأسلوب العملي المنظم .. أن تدرك أن تغيير السلوك أمر ممكن، وان سلوك الإنسان يمكن تعديله أو تشكيله أو صقله وذلك عن طريق الأساليب العلمية السليمة .. من أهمها تقديم القدوة والنموذج الجيد لمحاكاته والتوحد معه ..ثم استخدام أسلوب التعزيز بالمكافأة والتشجيع والتدعيم.

أما التغير فى السلوك الناتج عن العقاب أو النقد والتقريظ لا يستمر طويلا.

كما يجب أن تعلم أن الابن يتعلم من رؤية كيف يتصرف والده فى المواقف المختلفة أكثر مما يتعلم من خلال نصائحهم وتوجيهاتهم.

فيجب ألا تنفعل باستمرار أمام أبنائك .. لأن ذلك السلوك يتعلمه الأبناء كأسلوب فى الحياة .. حيث يصبح التوتر والانفعال والطرق غير العقلانية فى مواجهة المشاكل عادة رذيلة هدامة.

كما يجب عليك أن تلحظ أية لمحة ايجابية تصدر من طفلك .. فتشجعه عليها وتعبر له عن سرورك وامتنانك لما صدر منه من سلوك حسن مرغوب.

فالحنان والحب .. والتقدير والتشجيع .. لهم فعل السحر فى تغيير سلوك الفرد إلى الأفضل

أما إذا صدر منه سلوك غير مرغوب .. أو تصرف سيئ فما عليك إلا أن تتجاهله وبحزم .. وبدون توتر أو انفعال

كما يجب آن تعلم أن أساليب تعديل السلوك تحتاج لفترات طويلة .. ولصبر ويقظة، فهو يحتاج من 2_6 شهور فى المتوسط

كيف تفهم نفسية طفلك؟

تعتبر رسوم الأطفال أداة جيده لفهم نفسية الطفل ومشاعره واتجاهاته ودوافعه وتصوره لنفسه وللآخرين.

واذا كان الراشد يستخدم الكلام كلغة أولى يستطيع التعبير من خلالها ،فإن الطفل لا يستطيع أن يطوع الكلمات وفق مقصده وما يكتنفه من أحاسيس ومشاعر ورغبات واحباطات ومن ثم لابد من مدخل آخر لإقامة الحوار وتحقيق التواصل مع الطفل من خلال لغة بديله يفصح من خلالها الطفل بأسمى التعبيرات البلاغيه التي تنبع من أعماقه ألا وهي لغة الرسم.

نركـز هنا في هذا الموضوع على رسم الطفل لشكل الإنسـان :

- **رسم شخــص ضخم للغـــاية:**

عادة تدل الرسوم الضخمة لشكل الإنسان على العدوانية والأطفال سيئي التوافق يميلون إلى رسم شكل إنساني مبالغ فيه.

- **رسم شخص ضئيــل للغـــاية:**

عادة يقال عن الرسوم الضئيلة لشكل الإنسان أنها تدل على مشاعر النقص وعدم الكفاءة وانخفاض تقدير الذات والقلق والجبن والخجل والانقباض والميول الاكتئابية والاعتمادية.

والطفل الانطوائي يرسم الشكل الإنساني صغير جدا وغالبا ما يهمل ملامح الوجه وتفاصيله.

- **الــــرأس:**

إذا بالغ الطفل في تكبير حجم الرأس فهذا يدل على تضخم الأنا لديه أما الأطفال المتوافقين نفسيا فانهم يرسمون الرأس بشكل ملائم للجســم.



الفـــم:

الأطفال كثيري الحديث أو العدوانيين يرسمون فماً كبيراً جدا بأسنان ذات حجم كبير كما لو كانوا على استعداد دائم للقطع والالتهام والأطفال المتوافقين نفسيا يميلون غالبا إلى رسم حجم الفم مناسبا بالنسبة للجسم.

العيـــون:

الأطفال المضطربين الذين يشعرون بأنهم مراقبون أو متحكم فيهم كثيرا مايرسمون عيونا كبيـــره ذات نظره متشككه نافذه. اما الذين يميلون الى رسم العين على شكل دوائر صغيره فهذا يدل على الاعتماديه وضحالة الانفعال ،،،وكذلك يكون حذف الطفل لعيون الشكل الإنساني دليلاً على عدم الرغبه في الاختلاط بالآخريـــن.

الأنـــف :

بطبيعة الحال الأطفال المتوافقين ذاتيا يرسمون الأنف مناسبا للجسم والتأكيد على فتحتي الأنف وتكبيرها يدل على العـــدوان.

العنـــق :

الطفل الذي يرسم عنق مبالغ في الطول يعني انها هناك مصاعب في الوصول إلى تحقيق رغباته المطلوب إشباعها ومن الأطفال الذين يعانون كذلك من يقوم بحذف العنق نهائيا..

الأيـــدي:

تدل الأيدي الممتدة للخارج على رغبة في الاتصال بالبيئة أو الأشخاص الآخرين أو رغبه في المساعدة والتفاعل.

فالأيدي الكبيرة توجد في رسومات الأطفال الذين يسرقون والأيدي الصغيرة تدل على المشاعر المرتبطه بعدم الأمن وقلة الحيلة.

كذلك الطفل العاجز والمنطوي ربما ينسى أن يرسم الأيدي باستمرار

نحو طفل متزن نفسياً

تعتبر مسألة اكتساب ثقة الطفل بنفسه أمراً ليس بالسهل ولا البسيط، بل يعتبر أمر مهما للغاية وبالغ الأهمية ولابد من التركيز عليه بشكل كبير من جانب الوالدين، فاكساب الطفل الثقة بالنفس يعتبر أمراً أساسياً وضرورياً لتوازن الحياة النفسية للطفل، فمن شب على شيء شاب عليه.

ماذا تعني الثقة بالنفس عند الطفل؟

الثقة بالنفس هي شعور الطفل بقيمة نفسه بين من حوله، فتترجم هذه الثقة في كل حركة من حركات الطفل وفي سكناته، والطفل الواثق من نفسه يتعامل بشكل طبيعي مع الآخرين دون قلق أو رهبة في تصرفاته، لأنه هو الوحيد المتحكم فيها، فهي نابعة من ذاته لا شأن لها بالأشخاص المحيطين به، أما الطفل المنعدم الثقة يتصرف وكأنه مراقب ممن حوله، فتصبح تحركاته وتصرفاته بل وآراءه في بعض الأحيان مخالفة لطبيعته ويصبح القلق حليفه الأول دوماً في جميع قراراته أو حواراته مع الآخرين.

ولابد من الأخذ بمجموعة من النصائح لزيادة الثقة بالنفس لدى الأطفال؛ لتتكون لديهم شخصية متوازنة:

- **إظهار الحب والاهتمام للطفل**

تعد مسألة إظهار الحب والاهتمام للطفل مسألة هامة؛ حيث تعتبر بمثابة حافز يدفع الطفل لبذل المزيد من الجهد أثناء نموه التربوي؛ لينال الحب والاهتمام من والديه.

- **مساعدة الطفل في تحديد أهدافه**

إن الأهداف والطموحات التي تتجاوز قدرات الطفل تجعله يشعر بالفشل

والإحباط، ومن ثم تتأثر ثقة الطفل بنفسه؛ لذا ينبغي أن يساعد الوالدان أطفالهما في تحديد أهدافهم بشرط أن تكون واقعية وتتناسب مع قدرات الطفل؛ فذلك من شأنه أن يجعل الطفل يشعر بالاطمئنان والارتياح ومن ثم تزداد ثقته بنفسه.

ومن خلال نجاح الطفل في المهمات الصغيرة، يكتسب الطفل بشكل تلقائي طاقة وقدرة على انجاز المهام الكبيرة.

مكافأة الطفل على محاولاته

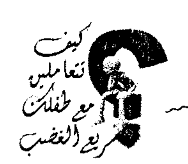
إذا شعر الطفل بالفشل فإنه لن يحاول أن يقوم بأي محاولات أخرى، حيث ستتكون لدية قناعة راسخة بأن كل جهوده عقيمة ولا فائدة منها؛ لذا من الضروري أن يتم تشجيع الطفل بمكافأته على محاولاته وإن انتهت في أخر الأمر بالفشل. فيجب على الطفل معرفة أن الفشل في أي محاولة لا يعد نهاية المطاف، ولكنه بداية لطريق نجاحه.

البعد عن العبارات الجارحة للطفل

تتسبب العبارات الجارحة للطفل في إحداث جرح كبير يؤثر على نفسية الطفل، وأحياناً مع كثرة نعت الطفل وتوبيخه ببعض الألفاظ تصبح تلك الألفاظ واحدة من سماته الأساسية.

تجنب معاملة الطفل على أنه دمية

لابد من التعامل مع الطفل بناءاً على قدراته العقلية والاستيعابية، بمعنى أنه ينبغي تجنب عزل الطفل عن المحيطين به ووضعه داخل قوقعه؛ خشية أن يتأثر سلباً بالمؤثرات المحيطة به. فالواقع العلمي يؤكد أن للطفل قدرة هائلة في التكيف مع الواقع بما فيه من إيجابيات وسلبيات، حيث يكتسب الطفل تلك القدرة من خلال القناعة التي يتعلمها ممن هم أكبر منه، فيصبح قادرا على التكيف مع الواقع والسيطرة على البيئة المحيطة.



طفلك عدواني... لماذا؟

الطفل العدواني هو طفل يبادر بالهجوم أو الاعتداء على الآخرين أو على الأشياء المحيطة دون مبرر. وقد يلجأ الطفل إلى ممارسة السلوك العدواني بأساليب مختلفة ومتنوعة بهدف تحقيق السيطرة وإيذاء الآخرين. وفي معظم الحالات يكتسب الطفل السلوك العدواني عبر المحاكاة، والتعلم من البيئة المحيطة.

كيف يمكن التعرف على الطفل صاحب السلوك العدواني؟

يمكن التعرف على السلوك العدواني لدي الطفل من خلال مجموعة من المظاهر الأساسية، من أهمها:

- لجوء الطفل للإيذاء اللفظي سواء بالسب والشتم
- زيادة في انفعالات وتشنجات وصراخ وبكاء الطفل لأتفه الأسباب
- قيام الطفل بالإيذاء الجسدي بالضرب والركل بالأقدام
- تكسير الطفل للأشياء كنوع منْ التعبير عن الانفعال
- أسباب لجوء الطفل إلى السلوك العدواني:
- تقليد الطفل للآخرين والاقتداء بسلوكهم العدواني.
- تربية الطفل على المفهوم الخاطئ بأن الطفل الشجاع هو الذي يعتدي على الآخرين من زملائه، ويأخذ حقوقه بيده.
- القسوة الزائدة من جانب الوالدين في التعامل مع الطفل، والتي ينتج عنها ظهور رغبة لدى الطفل في الانتقام من الآخرين، والاعتداء عليهم.



- كبت رغبات الطفل وعدم إشباعها، تتسبب في ظهور ميول عدوانية لدى الطفل من أجل تفريغ الكبت والشحنات السلبية المتواجدة بداخله.
- مشاهدة الطفل لمشاهد العنف والعدوان عبر شاشات التلفاز، حيث يحاول الطفل تقليد تلك المشاهد من خلال ممارسة السلوك العدواني تجاه زملائه.
- رغبة الطفل في التخلص من ضغوط الكبار التي تحول دون تحقيق رغباته.
- الاضطراب أو المرض النفسي عند الطفل أو الشعور بالنقص، فيلجأ الطفل للانتقام أو كسر ما يقع تحت يديه بأسلوب لا شعوري.
- الشعور بالذنب أو عدم التوفيق في الدارسة قد يكون سبباً في دفع الطفل للانتقام، وممارسة سلوك عدواني ضد زملائه.
- شعور الطفل بالنقص الجسمي عن المحيطين، فيحاول تعويض ذلك بسلوكه العدواني.
- شعور الطفل بالغيرة ومحاولته جذب انتباه الآخرين له من خلال السلوك العدواني اللفظي سواء بالشتم والسب أو بالعدوان الجسدي من خلال الضرب.



أسئلة الطفل المحرجة

طرح الطفل للأسئلة المحرجة على والديه يعتبر دليلاً على بلوغه مرحلة من أهم مراحل تطوره النفسي، وهي المرحلة التي يبدأ فيها الطفل اكتساب قدرة تفريق بين الأشياء. يساعد طرح الطفل للأسئلة المحرجة على الوالدين في تنمية قدرته على التفريق بين الأشياء، وتعتبر مرحلة إدراك الفرق بين الأشياء هي مرحلة مهمة من مراحل تكون ملكة التفكير عند الطفل.

وعليه، فإن طرح الطفل للأسئلة المحرجة هي محاولة جادة من جانب الطفل لفهم العالم من حوله ومن ثم فإن على الأبوين إعطاء الطفل الإجابة الصحيحة التي تساعده على فهم العالم حوله، حيث تساعد الإجابات المغلوطة على هذه النوعية من الأسئلة في إعاقة التطور الذهني والنفسي للطفل.

يدرك الطفل من عمر الـ2.5-3 سنوات عجزه عن فهم الكثير من الحقائق، فيعوض هذا العجز عن طريق التلاعب بالكلمات، أو اختراع الكلمات الجديدة التي لا معنى لها بتغيير موضع أحرف الكلمات أو غيرها من الألعاب اللغوية، وتدفع هذه اللعبة الطفل إلى طرح المزيد من الأسئلة.

- **ويمكن تصنيف أسئلة الطفل هذه إلى الفئات:**

الأسئلة ذات الطابع الألسني: لماذا سميت الأشياء بهذه الأسماء؟ لماذا لا نغير التسميات؟ لماذا لا نخترع لغة أخرى... الخ.

أسئلة التموقع: وهي تتعلق ببحث الطفل عن تفسيرات لمبادئ الزمان والمكان.

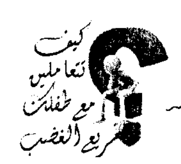
وفي إطارها تأتي أسئلة من أين أتينا وإلى أين نذهب؟ كيف يأتي الأولاد؟ وماذا يعني الموت؟ وماذا عن الكون. الخ.

أسئلة التمرد: وهي تتمحور حول فكرة لماذا لا يسمح للأطفال بمسائل وموضوعات متاحة ومسموح بها للكبار؟ وهي تأتي على شكل محاولات تقليد الكبار أكثر منها على شكل أسئلة محرجة للكبار.

الأسئلة الاختيارية: وهي أسئلة يتوجه بها الأطفال لاختبار قدرات الأهل، وانتقاد ما يرونه ضعفا لدى الأهل، وهي غالبًا ما تتمازج مع مقارنات بأهل رفاق الطفل. وغالبًا ما تتمحور هذه الأسئلة حول قدرات الأهل المادية والجسمنية.

أسئلة القلق الطفولي: يتولد قلق الطفل من جهله للعالم المحيط به، ومن هنا يتعلق الطفل بالأهل، والأم خاصة، ليكونوا صلة اتصاله بالعالم الخارجي. مما يولد المصدر الرئيسي لقلق الأطفال وهو الخوف من فراق الأم. وكثيرًا ما يطرح الأطفال أسئلة تعوض مشاعر القلق المتنامية لديهم، ومن أكثر أسئلة القلق ترداداً لدى الأطفال نذكر الأسئلة حول غياب أحد الوالدين.

أسئلة استكشاف الجسد: وهي مرحلة تبدأ في الأشهر الأولى من عمر الرضيع، حيث يبدأ الطفل في العبث بأصابع قدمه وينهمك فيها مسرورًا باكتشافه انتماء قدمه إلى جسمه، ومن أكثر الأسئلة المحرجة التي يطرحها الطفل على الوالدين على سبيل الاستكشاف هي الأسئلة المتعلقة بالفروق التشريحية بين البنت والولد، وكيف أنه أتى إلى الدنيا.



الخوف لدى الأطفـــال

خوف الطفل من المظاهر النفسية الطبيعية، فخوف الطفل قد يمنعه أحياناً من فعل شيء خاطئ. ولكن الخوف الطبيعي عندما يزيد عن حده فإنه يسبب مشكلات نفسية أكبر تؤثر على نمو الطفل وسلوكياته في المستقبل.

أهم الأسباب التي تزيد من الخوف عند الطفل

تعرض الطفل إلى صدمة انفعالية نتيجة حادث أو تجربة مؤلمة، كمشاهدة الطفل للطبيب وهو يقوم بعمل ما يثير الألم الشديد عند الطفل أو رؤية الدم ينزف من طفل آخر.

حدوث أمور مؤلمة للطفل في موقف معين تجعله يخاف من تكرار هذا الموقف مرة أخرى، مثل خوف الطفل من الاستحمام لأنه تعرض في الماضي لانزلاق رجله في الماء أو شعوره بحرقة الصابون في عينيه.

مشاهدة الطفل لمشاهد مرعبة أو تحتوي على معاني العنف والتدمير في أفلام الكرتون أو أفلام الكبار أو قراءتها في قصص الأطفال الهزلية.

لجوء الوالدين إلى تخويف الطفل أو تهديده عندما يرفض القيام بشيء أو عمل معين، كتخويفه بأحد الحيوانات المفترسة أو بإحدى الشخصيات المخيفة كي ينفذ ما طلب منه.

وجود الطفل في أسرة يسودها التوتر والمشاحنات المستمرة بين الأبوين أو بين الأخوة مما يزيد من شعور الطفل بعدم الأمان وبالتالي زيادة إحساسه بالخوف.

العطف الزائد أو التربية المتزمتة وعدم المساواة بين الأطفال يمكن أن تسبب الخوف عند الأطفال.

التقليد قد يكون سبباً لمشكلة خوف الأطفال؛ فالأطفال يقلدون الكبار في أفعالهم وانفعالاتهم ومنها الخوف، ويكتسب الأطفال مخاوف والديهم عن طريق التقمص والتعلم والملاحظة، كالخوف من الحشرات والمرتفعات.

التغلب على الخوف عند الأطفال

الخوف انفعال غريزي طبيعي يدفع الإنسان إلى حماية نفسه من مصدر الخوف، ولولا الخوف ما خشي الإنسان من اللعب بالنار أو الدخول إلى الأماكن غير الآمنة. ويخاف الأطفال عموماً من الكثير من الأشياء المحيطة بهم.

أعراض الخوف المفرط عند الأطفال

تسبب المبالغة في الخوف وساوس لا نهاية لها، ويؤدي ذلك بالتالي إلى إرهاق البدن وإجهاد القلب. ويستطيع الأبوان أن يتعرفا على أعراض الخوف المفرط عند الطفل في الحالات الآتية:

- طلب الطفل الحماية المتكررة حتى في أبسط الأمور.
- كثرة الأحلام والكوابيس المخيفة واستيقاظ الطفل من نومه مذعوراً.
- ظهور أعراض جسدية عند توتر الطفل، مثل: سرعة التنفس، التأتأة في الكلام، العرق الشديد، وفقدان الشهية.
- تجنب الطفل الوحدة أو التواجد بمفرده في أماكن مظلمة.
- الخوف من الأشخاص الجدد، أو المدرسة أو أي بيئة جديدة.
- التردد الدائم دون مبرر، وعدم المبادرة في اقتراح أفكار اللعب والنشاطات.
- ضعف ثقة الطفل بنفسه، والتوتر وعدم القدرة على اتخاذ القرارات.
- سرعة انفعال الطفل في الظروف العادية، وعدم قدرته على السيطرة على انفعالاته.
- المبالغة في ردود الأفعال تجاه موقف قليل الخطورة، والمبالغة في تصور عواقب أي موقف.
- التحدث والتفكير كثيراً بالأوهام والخرافات كالخوف من العفاريت.
- كيف يتم التغلب على الخوف عند الأطفال؟

- لا علاج للخوف غير المبرر عند الطفل إلا بالمواجهة وتبصير الطفل بحقيقة الأمور. ويمكن للوالدين اتخاذ الإجراءات الآتية لتشجيع الطفل على مواجهة مخاوفه:
- الامتناع عن السخرية من مخاوف الطفل، وتجنب تخويف الطفل بأمور أو أشياء غير حقيقية (مثل الوحوش، والحشرات، والحيوانات أو الحبس في الأماكن المظلمة).
- التفاهم مع الطفل حول ما يخيفه بأسلوب حواري قائم على الإقناع وليس الخداع أو محاولة نسيان الأمر، حتى لا يصبح الخوف مدفوناً فيخلق من الطفل كائناً جباناً.
- مساعدة الطفل على التحكم في خياله، عن طريق تخيل الأمر المخيف بأمر مضحك.
- تحكم الوالدين في مخاوفهما، حتى لا ينقلا تلك المخاوف للطفل.
- مراقبة المحتوى المقدم للطفل من قصص وبرامج وأفلام، بما لا يخيف الطفل.
- اختيار الألعاب التي تساعد في بناء قيم الطفل وتكسبه خبرات جديدة.
- الاعتدال في حماية الطفل ومعاملته بطريقة متوازنة، وتجنب تخويف الطفل عند عدم قيامه بأمر ما، أو عند أمر الطفل بالكف عن أمر ما.
- تعويد الطفل الاعتماد على النفس وعدم التواكل على الآخرين، وتشجيعه على تكوين صداقات جيدة.
- تدريب الطفل على مواجهة الخوف عن طريق التحكم في النفس وزرع الإيجابية، واكتساب المهارات الحياتية وتطويرها، مثل (حل المشكلات، الثقة بالنفس، اتخاذ القرار، والتحكم بالانفعالات).
- تقديم نموذج لطفل شجاع أمام أشياء مخيفة، وبالتدريج سيقوم الطفل بالتقليد.
- تعريض الطفل تدريجياً للأمر الذي يخيفه في وجود الأم.
- ترديد كلمات إيجابية للطفل مثل أقدر، استطيع، بإذن الله.
- متابعة سلوكيات الطفل في المدرسة من خلال المدرسين.



مشكلة قضم الأظافر

تعتبر عادة قضم الأظافر من العادات السيئة التي يقوم بها كثير من الأطفال، وتتسبب عادة قضم الأظافر في نقل الجراثيم والأمراض إلى أمعاء الطفل، وغالباً ما يلجأ الطفل لقضم أظافره حينما يكون عصبياً أو متوتراً.

أسباب عادة قضم الأظافر عند الأطفال

تقليد الكبار الذين يقومون بقضم الأظافر أو الأطفال المماثلين لهم بنفس العمر.

كرد فعل من جانب الطفل تجاه موقف معين من المعلمة أو الأم.

محاولة من الطفل للتخلص من زوائد الأظافر.

تفريغ الطفل لمشاعر القلق والتوتر التي قد تسيطر عليه نتيجة مشاهدة فيلم رعب أو إهانة أحد الوالدين له أو مشاجرة له مع أحد زملائه.

شعور الطفل بالغيرة من جانب شخص ما، فيلجأ إلى قضم الأظافر.

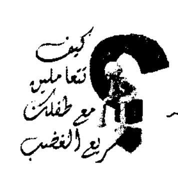
إحساس الطفل بأنه شخص غير مرغوب فيه وجميع من حوله ينتقدونه، مما يترتب عليه شعوره بالغربة بالرغم من وجوده بين أسرته.

تأثر الطفل بمشاهد عائلية أو ظروف مادية صعبة تمر بها الأسرة.

وتتلخص أهم الحلول للتخلص من عادة قضم الأظافر عند الأطفال، في:

الجلوس مع الطفل والتحاور معه وإشعاره بأنه شخص ناضج؛ لكي يشعر بالمسئولية، وإفهامه أن تلك عادة خاطئة.

إفهام الطفل مخاطر عادة قضم الأظافر مع التوضيح للطفل بأن عادة قضم





الأظافر تعد عادة سيئة كما أنها تلحق أمراضاً عديدة بالجهاز الهضمي.

تجنب توبيخ الطفل حول عادة قضم الأظافر أمام زملائه أو الآخرين حتى لا يشعر بالسخرية أو النقص.

الاهتمام بأن ينشغل الطفل بممارسة بعض الأعمال التي يستخدم فيها كلتا اليدين.

إفساح المجال أمام الطفل بأن يذهب مع زملائه في رحلة أو أن يأتوا إلى البيت ليقضوا وقتاً ممتعاً يلعبون ويمرحون بلا قيود.

مساعدة الطفل في أداء الواجبات المنزلية، في حالة ما إذا كان سبب توتر الطفل واللجوء إلى قضم الأظافر هو التوتر من كثرة الواجبات.

إبعاد الطفل عن مشاهدة الأفلام المرعبة، حتى لا يصاب بالتوتر ومن ثم يقوم بعادة قضم الأظافر.

أمراض الأطفال النفسية

الأسباب والأعراض

إن الصحة العقلية والنفسية للطفل هي التي تسمح بتطوير قدرات الطفل وإحساسه بقيمته وذاته، وتساعده على التكيف في مواجهة مواقف الحياة المختلفة، ومن ثم ينمو الطفل نموا سليماً.

أسباب المرض النفسي عند الأطفال:

أسباب بيولوجية: وقد ترجع إلي:

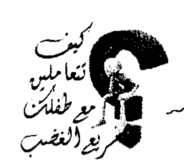
- أسباب وراثية، فغالباً ما تكون الأمراض النفسية وراثية.
- اختلال التوازن الكيميائي بجسم الطفل.
- الجروح والالتهابات التي قد تلحق بالجهاز العصبي المركزي داخل جسم الطفل.

أسباب بيئية: وقد تكون نتيجة:

- تعرض الأطفال لبعض السموم البيئية المرتفعة كالرصاص.
- تعرض الأطفال لمشاهد عنف كالقتل والضرب المبرح أو التحرش الجنسي أو اللفظي.
- فقدان أصدقاء أو أحد أفراد الأسرة بسبب موت أو طلاق.
- كثرة الصعاب التي قد يواجهها الطفل في بيئته نتيجة للفقر الشديد.

أعراض المرض النفسي أو العقلي:

- حدوث تغيرات سلوكية في الطفل كأن يصبح الطفل النشط هادئاً ومنطوياً



عن الآخرين.

- تراجع مستوى التحصيل الدراسي للطفل.
- كثرة شكوى الطفل من الصداع وآلام المعدة.
- إحساس الطفل بفقدان الأمل والشعور الدائم بالرفض والاحتجاج.
- صعوبة تعامل الطفل في الأنشطة الاعتيادية التي يمارسها.
- إصدار الطفل لحركات مفاجئة وغير طبيعية.
- رغبة الطفل في أن يكون وحيداً.
- سماع الطفل لأصوات لا يسمعها أحداً غيره.

وتتركز أهم الأمراض العقلية للطفل في الآتي:

تتنوع الأمراض العقلية التي يتعرض لها الأطفال ما بين اكتئاب واضطرابات نقص الانتباه وصعوبة التركيز وفرط الحركة وإيذاء النفس وقد يصل الأمر لتعاطي الطفل للمخدرات.

الشجار عند الأطفال

الأسباب والعلاج

شجار الأطفال هو عبارة عن سلوك للأطفال فيما بينهم لإثبات الذات والسيطرة، وقد يتحول شجار الأطفال من مشكلة إلى وسيلة علاج وتعليم خبرات جديدة للأطفال. ويمكن أن يستغل الوالدين فرصة شجار الأطفال ويتم توجيه الأطفال في تلك الفرصة إلى مسألة وجوب احترام الآخرين وحسن التعامل معهم.

ماذا يعني شجار الأطفال؟

شجار الأطفال يدل على أن الطفل لا يزال غير ناضج اجتماعياً ولا يعرف أساليب التعامل مع الآخرين ممن حوله، وقد يقابله الوالدين بنوع من الغضب، ويوقع أحد الوالدين عقاباً على الأطفال سواء عقاب بدني أو لفظي إذا ما حدث شجار بينه وبين إخوته أو زملائه أو أحد أقاربه.

أسباب الشجار عند الأطفال

الغيرة: يلجأ في أحيان كثيرة الطفل للشجار مع أخيه أو أحد أقاربه عندما يشعر بالغيرة منه إما لتفوقه أو لوسامته.

الأنانية وحب التملك: يضطر الطفل أحياناً أن يتشاجر حينما لا يسمح له طفل آخر بأخذ لعب منه أو قصة،فيتشاجر معه كي يأخذ ما يريد.

فرض السيطرة: يلجأ الطفل الأكبر غالباً لفرض سيطرته على الطفل الأصغر بالتشاجر، وذلك ليثبت مكانته في البيت.

الشعور بالنقص: يشعر الطفل أنه أقل من أخيه أو أن والديه يفضلان أخيه عنه، لذلك يبدأ الطفل بالشجار حتى يثبت ذاته، نتيجة لشعوره بالظلم.

الحالة الصحية للطفل: يرجع حب الطفل للشجار نتيجة اختلال في إفرازات الغدد أو الشعور بالإمساك أو الأرق أو قد يكون بسبب سوء التغذية وغيرها.

التقليد: يلجأ الطفل للشجار مع من حوله نتيجة أنه يقلد والديه أو احدهما أو نتيجة لما رآه عن طريق التلفاز أو الفيديو .

علاج سلوك شجار الأطفال

إشباع حاجات الطفل النفسية (كالحاجة للحب والتقدير، والثقة بالنفس، والأمان و النجاح).

تجنب المفاضلة بين الإخوان ومعاملة الأخوات بالتساوي.

الحرص على أن يسود الأسرة روح الود والتعاون والتسامح حتى يشعر الطفل بالهدوء والاستقرار النفسي.

الابتعاد عن مسألة تدخل الوالدين في الشجار بين الأطفال باستثناء الحالات التي يقع فيها ضرر على أحدهما.

استغلال الشجار في تعليم الأطفال بعض المبادئ والأساسيات الهامة في التعامل مع الطرف الآخر وتعليمهم التسامح ونشر المودة فيما بينهم.

استخدام القصص كوسيلة تربوية هادفة في تعليم الطفل والتعامل الأمثل مع الآخرين والمحيطين به



المكافأة كأسلوب في تربية الطفل

يعد أسلوب المكافأة من أنجح الطرق المتبعة في أساليب تربية الطفل، والتي يظهر أثرها سريعاً وتثبت جذورها في نفوس الأطفال بطريقة سليمة. فالتربية السليمة هي الهدف الأول عند الأبوين، والفرحة الكبرى لهما حينما يجدون الأطفال مطيعين لأوامرهم ومهذبين الخلق حيث تقع تربية الطفل على عاتقهما.

ولذا يجب أن يكون الأبوين بمثابة قدوة حسنة للأطفال حتى يروا النتيجة المرجوة ويعتبر أسلوب مكافأة الطفل وتشجيعه أحد أساليب التربية الصحيحة.

أنواع مكافآت الأطفال

- مكافأة الطفل الاجتماعية:

المكافأة الاجتماعية على درجة كبيرة من الفعالية في تعزيز السلوك المقبول والمرغوب عند الأطفال والكبار معاً. وتتمثل مكافأة الطفل في (الابتسامة - التقبيل - المعانقة - الربت - المديح - الاهتمام - إيماءات الوجه المعبرة عن الرضا والاستحسان- العناق والمديح والتقبيل) وكلها تعبيرات عاطفية سهلة التنفيذ.

والأطفال عادة يميلون لهذا النوع من الإثابة، ولكن قد يبخل بعض الآباء بإبداء الانتباه والمديح للسلوكيات الجيدة التي يقوم بها الطفل وذلك إما لانشغالهم فلا وقت لدى الآباء والأمهات للانتباه إلى سلوكيات الأطفال الحسنة أو لاعتقادهم الخاطئ أنه على الطفل إظهار السلوك المهذب دون حاجة إلى إثابته آو مكافأته.

فإن الطفلة التي ترغب في مساعدة والدتها في بعض شئون المنزل كترتيب غرفة

النوم مثلاً ولم تجد أي إثابة من الأم؛ فإنها تلقائيا لن تكون متحمسة لتكرار هذه المساعدة في المستقبل. وبما أن الهدف هو جعل سلوك الطفل السليم يتكرر مستقبلاً فمن المهم إثابة السلوك ذاته وليس الطفل.

مكافأة الطفل المادية:

أظهرت كثير من الإحصائيات أن إثابة الطفل الاجتماعية تأتي في المرتبة الأولى في تعزيز السلوك المرغوب عند الطفل، بينما تأتي مكافأة الطفل المادية في المرتبة الثانية، ولكن هناك أطفال يفضلون المكافأة المادية.

وتتمثل المكافأة المادية في: (إعطاء الطفل قطعة حلوى - شراء لعبة للطفل - إعطاء الطفل نقود - إشراك الطفلة في إعداد الحلوى مع والدتها تعبيراً عن شكرها لها - السماح للطفل بمشاهدة التلفاز حتى ساعة متأخرة - اللعب بالكرة مع الأصدقاء - اصطحاب الطفل في رحلة ترفيهية خاصة).

ملاحظات هامة عند مكافأة الطفل:

الحرص على تنفيذ المكافأة للطفل تنفيذاً عاجلاً بلا تردد ولا تأخير وذلك مباشرة بعد إظهار السلوك المرغوب من الطفل فالتعجيل بإعطاء الطفل المكافأة هو مطلب شائع في السلوك الإنساني سواء للكبار أو الأطفال.

تجنب الأهل إعطاء الطفل مكافأة لسلوك مشروط من قبل الطفل (أي أن يشترط الطفل إعطائه المكافأة قبل تنفيذ السلوك المطلوب منه) فالمكافأة يجب أن تأتي بعد تنفيذ السلوك المطلوب من الطفل وليس قبله.

الابتعاد عن إبداء الإعجاب بسلوك الطفل الخاطئ من باب الضحك ولو بصورة غير مباشرة لأنه قد يكرر من هذا السلوك الخاطئ مستقبلاً.

معاقبة السلوك السيئ للطفل عقاباً لا قسوة فيه ولا عنف.



مشكلة السبّ والشتم عند الطفل

كيف يكون العلاج؟

تعتبر مشكلة تفوه الأطفال بشتائم وألفاظ نابية من أهم المشاكل التي تعاني منها العديد من الأسر عند تربية الطفل، فهناك العديد من الأسباب التي تدفع الطفل إلى تعلم السباب والشتم والتعود عليه. وغالباً ما يبدأ الطفل في تعلم السباب والشتم عند بداية مرحلة اللعب مع الآخرين حيث يتولد لديه رغبة في إظهار عدم رضاه في صورة شتائم و كلمات نابية، وعادةً ما يتلفظ الأطفال بالسباب والشتائم عند اللعب مع أصدقائهم أو مع الوالدين عند الشعور بالغضب.

أسباب السباب والشتم عند الأطفال

تتعدد أسباب مشكلة الشتائم والسباب عند الأطفال فيستخدم الطفل الألفاظ النابية لـ:

- تعبير الطفل عن غضبه وضيقه الشديد.
- جذب الطفل انتباه الآخرين، في إطار المرح.
- إحساس الطفل بأن السباب نغمة جميلة يمكنه ترديدها.

كيفية علاج مشكلة السباب والشتم عند الأطفال

لابد وأن يدرك الآباء والأمهات أن تغيير سلوك الطفل أثناء التربية يعد أمراً صعب للغاية، لذا يجب أخذ هذا الأمر بالتدريج، وبالتالي يجب التحلي بالصبر والهدوء في علاج المشكلة لدى الأطفال. ولعلاج مشكلة الشتم ينصح بإتباع الآتي:

- عدم إبداء أي انزعاج ملحوظ عند سماع لكلمة نابية من الطفل لأول مرة، حتى لا

تعطي للكلمة أهمية وتأثير، مع عدم إبداء أيضا ارتياح ورضا بالابتسامة والضحك عند سماع السباب؛ لأن ذلك يولد تشجيع لدى الطفل بتكرار السباب.

- السماع إلى مشكلة الطفل ومعرفة الأسباب التي دفعته لترديد تلك الكلمات السيئة مع الشرح للطفل أن هذه الكلمات النابية تزعج الآخرين كالضرب.
- البحث عن المصادر التي يتعلم منها الطفل هذه الألفاظ البذيئة، ومحاولة إبعاده عنها وعن أصحاب السوء.
- ربط الطفل منذ نعومة أظفاره بالله وبالثواب والعقاب مع الشرح له أن السباب والشتم يغضب الله سبحانه وتعالى.
- تدريب الطفل على كيفية التعبير عن عدم الرضا بأسلوب مهذب ومحترم مع الصبر عليه، لأن رغبة الطفل في إشباع رغبته بإظهار عدم رضائه أقوى من أثر الضرب.
- مكافأة الطفل بالتشجيع والمدح عند اعتراضه بأسلوب لائق.
- تجنب التلفظ بألفاظ نابية أمام الأطفال، أو التصرف بشكل عصبي غير لائق.
- استخدام كلمات وتعبيرات مقبولة للتعبير عن الأشياء السيئة غير الجميلة أمام الأطفال.
- معاقبة الطفل على تلفظه بالسباب من خلال جلوسه في مكان ما بالبيت بمفرده لمدة دقيقة أو اثنين، وذلك إذا لم يستجب الطفل للتنبيه بعد 4 أو 5 مرات.
- مقاطعة الطفل عند التفوه بالسباب حتى يعتذر، ويتناول هذا الأمر بنوع من الحزم والاستمرارية.

عندما يرفض طفلي الذهاب إلى المدرسة

تعتبر مشكلة رفض الطفل الذهاب إلى المدرسة مشكلة حقيقية تبدأ بتردد الطفل في الذهاب إلى المدرسة وتنتهي بحالات من الرفض المزمن في الذهاب إلى المدرسة، لذلك يجب معرفة أسباب وعلاج مشكلة رفض الأطفال الذهاب إلى المدرسة.

أسباب رفض الأطفال الذهاب إلى المدرسة

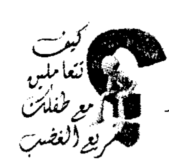
قد يرفض الطفل في أوقات كثيرة الذهاب إلى المدرسة -خصوصاً- عندما يقترب موعد بدء الدراسة؛ لصعوبة المناهج واعتبار الطفل أن فترة المدرسة فترة تقييد لحريته، ويزيد هذا بعد الرجوع من العطلة الأسبوعية أو السنوية.

وقد يكون هذا الشعور بسبب ضرب أحد المدرسين للطفل أو معاملته بشكل غير محبب له أو بسبب شد الأعصاب الذي يحدث وقت الامتحانات، وقد يصاب الطفل ببعض الأعراض النفسية والجسمية علاوة على مشاكل أثناء النوم.

نصائح لمواجهة مشكلة رفض الطفل الذهاب إلى المدرسة

- استشارة طبيب فربما يكون هناك أسباب مرضية أو نفسية تكون السبب الرئيسي في رفض الطفل الذهاب إلى المدرسة وقد يصف الطبيب علاجاً يساعد الطفل على التخلص من هذا المرض.

- البحث عن أسباب نفور الطفل من المدرسة وذلك عن طريق التحقيق في الأسباب التي تجعل الطفل يكره المدرسة، وقد تكون أسباب محيطة بالمدرسة كوجود أشخاص يعترضون الطفل في طريقه إلى المدرسة.





- التنسيق مع المدرسة لمتابعة وحل المشكلات المحيطة بالطفل.

- القيام بزيارات متكررة للمدرسة للاطمئنان على الطفل وشعوره بالأمان.

- علاج الخوف وإزالة المخاوف الخيالية حول مغادرة المنزل، ومحاولة تغيير الصورة السلبية العالقة بذهن الطفل عن المدرسة خلال العام السابق.

- تدريب الطفل على كيفية التخلص والحد من القلق والتوتر أثناء وجوده في المدرسة أو خارج البيت.

- مساعدة الطفل على تكوين صدقات جديدة من شأنها أن تحبب الطفل في المدرسة لوجود دافع للذهاب إلى المدرسة وهو رؤية من يحبهم.

- لابد وأن يشرح الوالدان للطفل أن البقاء في المنزل ليس له جدوى وأن الذهاب إلى المدرسة أفضل له، وذلك عن طريق منع الطفل من مشاهدة البرامج المحببة له في وقت غيابه من المدرسة حتى لا يفضل وجوده في البيت عن ذهابه للمدرسة.

كيف تنمي قدرة طفلك على اتخاذ القرار؟

يستطيع الأطفال اتخاذ القرارات في سن صغيرة من عمرهم، وتبدأ هذه المرحلة منذ سن الإلزام المدرسي، فتعتبر هذه المرحلة أولى مراحل التمييز عند الأطفال وفيها يبدءوا في اعتمادهم على أنفسهم؛ لاحتكاكهم بأجواء جديدة داخل المدرسة واكتساب خبرات جديدة من المحيطين بهم في الأسرة والمجتمع.

وفي هذه المرحلة لابد من تجنب إرغام الطفل على فعل الأشياء؛ لتدعيم ثقة النفس لدى الطفل حتى يكون سوي الخلق وقادر على اتخاذ القرار بمفرده، فلابد أن يكون الوالدين قدوة حسنة ومثل طيب؛ لأنها النواة الأولى لبناء شخصية الطفل.

ويعتبر المصروف اليومي للطفل هو أول ما يحاول الطفل التحكم فيه واتخاذ قرارات خاصة بشأنه؛ فهو الشيء الذي يمتلكه الطفل بمفرده. فلابد أن تدرك الأسرة قدرة الأطفال ومدى استيعابهم على التصرف في مصروفهم اليومي مع مصاحبة ذلك بعدم تقصير أو قهر أو عنف أو تدليل أو فرض حماية على الطفل. ويعرف المصروف اليومي بمبلغ من المال يأخذه الأطفال بجانب الوجبات اليومية لشراء ما يحتاجه أثناء اليوم الدراسي.

- **هناك بعض الأمور التي ينبغي على الوالدين أخذها في الاعتبار عند إعطاء الطفل المصروف اليومي:**

- تقديم النصح والإرشاد للأطفال للمحافظة على هذا المصروف وعدم صرفه في أشياء لا تفيد؛ مما يجعل الأطفال يتعودون على احترام تعليمات الأم ويتعلمون القدرة على التعامل الصحيح مع الماديات مستقبلاً.

- الحذر من التقصير وعدم الاهتمام بمصروف الأطفال اعتماداً على أن الغذاء الذي بحوزتهم يكفيهم عن أي مطالب أخرى مما يسبب ألماً نفسياً للأطفال عندما يرون أقرانهم يمتلكون مصروفاً بجانب الغذاء. وقد يضربون عن تناول الغذاء، ويعتبر ذلك إحدى علامات الرفض لدى الأطفال.
- الابتعاد عن تكرار الوجبات الغذائية اليومية حتى لا يشعر الأطفال بالملل، بالإضافة إلى شعور الطفل بالألام النفسية عند رؤية زملائه يتناولون أنواع متنوعة من الطعام، فيشعرون بنوع من الإحباط والقهر.
- اعتبار المصروف وسيلة لكسب الثقة والطمأنينة لدى الأطفال، بشرط ألا يكون مغالى فيه وعلى حسب مقدرة الأسرة.
- تجنب المغالاة في إعطاء الطفل مصروف يومي أكثر مما يحتاج بحجة إسعاد الطفل أو تعويضه عن انشغالهم عنه حتى لا ينشأ مدللا معتمدا دائما على الغير، مما يؤثر على شخصيته مستقبلا ويجعله متعال على أقرانه وينفق مصروفه فيما لا ينفعه.
- الاهتمام بسؤال الطفل اليومي عن طرق إنفاق المصروف كنوع من التنبيه العقلي للطفل؛ لترسيخ مفاهيم التصرف السليم فيما يحصلون عليه، والاطمئنان من المدرسة على سلوك الطفل وتصرفاته خلال اليوم المدرسي.
- تحويل المصروف اليومي في المرحلة الإعدادية إلى مصروف أسبوعي أو شهري، حتى يكتسب الطفل في هذه المرحلة القدرة على التحكم في الماديات بحسب متطلباته خلال فترة أكبر.
- مواجهة الأطفال بسلوكهم اليومي وما قاموا به خلال اليوم الدراسي دون قهر أو خوف وإعطائهم الأمان في المواجهة حتى لا يلجأ الأطفال إلى الكذب.

التوتر عند الأطفال..الأسباب والمظاهر

يعتبر التوتر مرض عارض يصيب نفسية الطفل لأسباب متعددة، ويرافقه طيلة يومه ولا ينفك عنه، ويتسبب التوتر في فقدان الطفل لنشاطه والمرح في حياته. ويختلف التوتر تماماً عن الغضب؛ حيث أن أكثر الآباء والأمهات لا يميزون بين الغضب والتوتر عند الطفل، ونطرح الآن أهم مظاهر هذا المرض ليتمكن الوالدان من تشخيص حالة المرض عند الأطفال وهي كالتالي:

- **ضعف الثقة بالنفس:**

ويتمثل في قضم الأظافر وتعرض الطفل للفشل أثناء ممارسة نشاطاته المختلفة.

- **الجبن:**

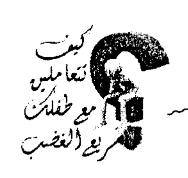
يخشى الطفل الظلمة أو النوم في مكان بعيد عن والديه، أو من الماء، وغير ذلك من المخاوف التي تجعله جبانا لا يقدم ولا يؤخر، فكل هذه المخاوف تأتي للطفل نتيجة توتره.

- **تقليد الآخرين:**

يأتي الطفل لوالديه يوماً بحركة جديدة وتصرف غريب كلما يلتقي بأقرانه فهو دائما تابع.

- **نوبات الغضب الزائدة:**

تزيد وتنقص لدى الطفل نوبات الغضب خلال السنوات الأولى من عمره حسب حالته النفسية، فإن كان متوتراً ازدادت عنده وتفاقمت.



أسباب التوتر لدى الأطفال

بمعرفة أسباب المرض يمكن للآباء الوقاية منه وإبعاد الأطفال عن مخاطر الإصابة به؛ ليتمتع الطفل بالثقة التي تؤهله للنجاح في حياته، كما يكون شجاعاً ومتمكنا من التغلب على مخاوفه. لذلك لابد أن يعمل الوالدين على الوقاية من المرض، وذلك بمعرفة أسبابه وهي كالتالي:

- التعامل الجاد مع الطفل المصاب بالتوتر: استخدام صيغة الأمر الشديد مع نبرة صوت عالية وحادة يدفع الطفل إلى العناد وعدم الطاعة.
- تعرض الطفل للعقوبة القاسية: معاقبة الطفل بطريقة قاسية من قبل الوالدين بالضرب أو السب أو التثبيط، ومن ثم تؤدي إلى توتر الطفل في المرحلة الأولى من عمره.
- الشعور بالغيرة: الغيرة التي تصيب الطفل في السنوات السبع الأولى من عمره، وذلك بسبب سوء التعامل معه، وهذه سبب من تمام الأسباب التي تجعل الطفل متوتراً.
- توجيه الإنذارات المتكررة: تحذيرات الوالدين المتكررة للطفل في هذا العمر في عدم لمس وتحريك الأشياء، يجعل الطفل يعيش حالة القلق والتوتر والاضطراب.



الأسرة وتعاملها مع نفسية الطفل

تختلف نفسية الأطفال من طفل لأخر، ولكل نفسية مزايا وعيوب. لذلك يجب أن تعرف الأسرة مدخل نفسية كل طفل من أطفالها؛ للتعامل الصحيح مع الأطفال كي تنمي نفسيتهم بطريقة صحيحة دون عقد أو مشاكل.

كيف تتعامل الأسرة مع النفسيات المختلفة للأطفال؟

- **نفسية الطفل قوي الإرادة:**

محاولة توجيه إرادة الطفل بطريقة صحيحة، وعدم محاولة التغلب على إرادة الطفل وإخضاعها، ولكن لابد وأن يدرك الطفل أنه لا يستطيع أن يفعل دوما كل ما يحلو له ويريد.

- **نفسية الطفل الحساس:**

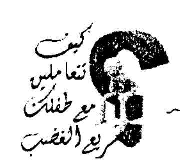
تجنب مقارنة الطفل بغيره من الأطفال، فهو يشعر بالألم والانزعاج بسرعة، ولابد من إظهار التعاطف معه، ولكن دون الاستجابة الدائمة لكل طلباته ورغباته.

- **نفسية الطفل السهل اللين:**

تجنب الانشغال عن الطفل بأعمال أخرى، وترك الطفل يدبر أموره بنفسه، اعتمادا أن الطفل يكتفي بنفسه دون اللجوء إلى الآخرين.

- **نفسية الطفل الانطوائي (الانعزالي):**

إفساح المجال للطفل لإبداء الرأي، والاهتمام والرغبة في بعض الأعمال، مع إعطاء بعض التشجيع والدفعات المعنوية، وهذا الأمر يعمل على توسيع آفاق الطفل ونشاطاته.



كيف تشجع طفلك على الإستقلال

يمثل دعم وتشجيع الطفل على الاستقلال أمراً مهماً ينبغي أن يركز عليه الوالدان أثناء تربية الطفل، وذلك لأن الآباء والأمهات كثيراً ما يواجهون مشكلات في التعامل مع الأطفال بسبب تراخيهم وعدم تحمل المسئولية.

ولكن هناك مجموعة من الوسائل التي أكد عليها خبراء تربية الأطفال أنها تسهم بشكل فعال في تشجيع الطفل على الاستقلال وتحمل المسئولية.

وسائل تشجيع الطفل على الاستقلال

إتاحة الفرصة للأطفال في أن يقوموا بالتجربة بأنفسهم كتناول الطعام بمفردهم.

تعويد الطفل على أن يرتدي الملابس بنفسه دون انتظار المساعدة.

تشجيع الطفل على التحدث والتحاور وإجراء جلسات الحوار والنقاش مع أفراد الأسرة.

الاهتمام بسماع تساؤلات الطفل مع الجواب عليها بعبارات سهلة وبسيطة.

التركيز في أن يأخذ الطفل بزمام المبادرة في بعض الأمور، كأن يقوم بالرد على الهاتف ويعلم من يتحدث.

الحرص على إتاحة الفرصة أمام الطفل في أن يكتشف ما حوله وذلك بعد ضمان توفير جو من الأمان وإبعاد كل ما هو خطير عن الطفل.

السماح للطفل بقضاء فترة من الوقت في اللعب مع الأطفال في مثل سنه.

إشراك الطفل في ممارسة أنشطة تساعد على تنمية الاستقلالية وتحمل المسئولية كالسباحة.

توفير الحب والدعم للطفل بشكل دائم ومستمر، حتى لا يخاف من الغضب منه، ومن ثم يخشى الطفل من الأخذ بزمام المبادرة والاستقلالية.

الانسحاب الاجتماعي عند الأطفال

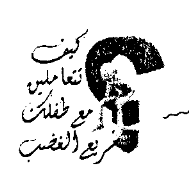
ميل الطفل إلى العزلة ودور الأسرة في تنمية تفاعله الاجتماعي

يعرّف الانسحاب الاجتماعي بأنه الميل إلى تجنب التفاعل الاجتماعي و الإخفاق في المشاركة في المواقف الاجتماعية بشكل مناسب والافتقار إلى أساليب التواصل الاجتماعي ويتراوح هذا السلوك بين عدم إقامة علاقات اجتماعية وبناء صداقة مع الأقران إلى كراهية الاتصال بالآخرين والانعزال عن الناس والبيئة المحيطة وعدم الاكتراث بما يحدث فيها، وقد يبدأ في سنوات ما قبل المدرسة ويستمر فترات طويلة وربما طوال الحياة .

ولأن هذه المشكلة تعكس آثارها السلبية طويلة المدى على شخصية الطفل مستقبلاً وتحد من تواصله الاجتماعي مع البيئة المحيطة، وتفقده الحصول على فرص عديدة، فلا بد للوالدين من اتباع مجموعة من التعليمات من أجل الوقاية من هذه المشكلة وتفادي تفاقمها إن ظهرت بوادرها على الطفل، وذلك باتباع ما يلي:

- **(أ) تعريض الطفل لخبرات تفاعل اجتماعي جديدة :**

من الضروري توفير خبرات تفاعل اجتماعي ايجابية مع الآخرين للأطفال وخصوصاً في المراحل العمرية المبكرة، حيث أن طبيعة المهارات الاجتماعية والتدريب عليها غالباً ما تتطلب تدريب الطفل في مواقف اجتماعية حية، وتبين الدراسات أن بالإمكان زيادة مستويات التفاعل الاجتماعي بين الأطفال الصغار في السن من خلال تنظيم الأبعاد البيئية المختلفة وتجدر الإشارة إلى أهمية مراعاة مدى مناسبة هذه التفاعلات لعمر الطفل النمائي وعلى ضوء ذلك فأنت توفر للطفل خبرات التفاعل الاجتماعي حتى يعرف كيف يستطيع أن يقيم علاقات ايجابية مع الآخرين ويشير بعض الباحثين إلى أن الأطفال في هذه المرحلة المبكرة من العمر مرحلة الطفولة المبكرة، قد لا يكونوا قد تعلموا مهارات التفاعل والتعامل مع الآخرين لذا



يجب العمل على توفير أكبر قدر ممكن من التفاعلات الاجتماعية الايجابية.

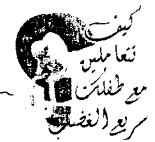
إنه من الممكن أن تنشأ المشكلات عندما يلعب الأطفال الصغار دون إشراف، إذ أن كثيراً من الخبرات السلبية مثل الإغاظة أو التخويف أو الإحراج قد تؤثر على الطفل فتجعله يحاول تجنب الآخرين، إن خوف الطفل من الآخرين قد يسبب العزلة الاجتماعية، فالطفل الخائف يرغب في الهروب من مشاعر الخوف و الإحراج عن طريق تجنب الآخرين لأن التفاعل مع الآخرين يكون مرتبطاً بالشعور بالألم. أيضاً فإن وجود السلطة الوالدية المتوترة أو الغاضبة غير العطوفة قد تولد رغبة لدى الطفل في الانسحاب. لذا يجب على الأب أن يتواجد ما أمكن في هذه الفرص حتى يشعر الطفل بالأمن أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين كما أن هذا الوجود يساعد الأب في تحليل طريق لعب الطفل ويكتشف المشكلات في حال وجودها ويتدخل فوراً، كما أنه يجب أن تبدأ بتوفير مجموعات اللعب في البداية بشكل صغير ثم تبدأ بزيادة عدد أفراد هذه المجموعات بالتدريج.

(ب) توفير نماذج تفاعل اجتماعي :

غالباً ما يتعلم الأطفال من خلال النمذجة لذا احرص على توفير نماذج تفاعل اجتماعي ايجابية من خلال القصص والتحدث عن خصائص الآخرين الايجابية واحرص على تعليم الأطفال كيف يكونون على وفاق مع الآخرين وكيف يتجنبون الشجار والشكوى المستمرة. ويؤكد بعض المختصون في المجال على أهمية التوضيح، فبإمكانك توضيح النماذج السلبية للأطفال المضطربين كأن تخبر طفلك عن الأطفال غير المحبوبين وما هي السلوكيات التي يقومون بها كإغاظة الآخرين و إهانتهم وغير ذلك، ولابد بأن تخبر طفلك عن الأطفال المحبوبين وما هي خصائصهم لأن ذلك ينمي الشعور بالأمن والثقة بالذات وبالتالي يزيد من قدرة الطفل على المشاركة في التفاعلات الاجتماعية.

(ج) احترام الطفل وتقبله وتقبل أقرانه ذوي السلوك السوي :

عليك أن تقنع الطفل بأنك تهتم به وترغب به ليس فقط من خلال الكلمات الطيبة بل



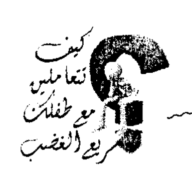
ومن خلال الفعل فالأسرة هي نموذج قوي وواقعي لتقبل الجماعة للفرد. فالأطفال الذين لا يشعرون بالانتماء والتقبل في البيت يجدون صعوبة كبيرة في المشاركة مع جماعة غير مألوفة.

إن العلاقات الأسرية يجب أن يتم تحسينها باطراد في مجالات الدفء العاطفي الأسري والدعم والانفتاح في التعبير عن المشاعر ويجب تشجيع الأطفال الكبار على مناقشة علاقاتهم مع الرفاق، وعليك كولي أمر أن تصغي بتعاطف وتقدم اقتراحاتك ومساعدتك، وفي الوقت نفسه عليك أن تعبّر عن وجهة نظر ايجابية ومتفائلة حول عضوية الطفل في مجموعة الرفاق، إذ يمكنك أن تبدي تعاطفاً عندما يتحدث طفلك عن مجموعة من الأطفال لا يسمحون لغيرهم بأن يشارك باللعب معهم، حيث يمكن مناقشة هذا الأمر مع الطفل وتبيان الأسباب المتوقعة له كحب هذه الجماعات للبقاء في مجموعات صغيرة. كما يجب أن تبين للطفل أن هناك تدرجاً في التنقل في المراكز في الجماعات يعتمد على معايير عدة كالذكاء والمهارات الرياضية بحيث يمكن أن يفهم الطفل ذلك. وعلى ضوء ذلك يجب أن تنمي في طفلك الثقة بالنفس عن طريق حرية التعبير عن الرأي وغير ذلك.

(د) تنمية ثقة الطفل بنفسه وحب المغامرة :

تؤكد العديد من البحوث التربوية على أهمية تعليم الطفل المهارات الرياضية ودورها في تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي، لذا علّم الطفل مهارات قد يعتبرها الآخرون مهمة كالمهارات الرياضية لأنها تعتبر ذات قيمة عالية عند الأطفال الأقران، إذ أنه قلما يكون الرياضيون المتميزون معزولون، كما أنه يجب أن تشجع الأطفال على الاهتمام بهواية أو أكثر بحيث توفر إمكانيات ممارسة هذه الهواية وعززه على ذلك وبالتالي يشعر الأطفال بالثقة بالنفس وحب المغامرة ومن ثم سيصبحون قادرين على تحمل النبذ.

وبالتالي قد يزول أي خجل محتمل أن يكون لديه إذ أنه ثبت أن الخجل يحول دون التفكير والحديث والتعبير عن وجهة النظر، ويفقد الطفل فرصاً حياتية كثيرة وبالتالي يؤثر على جوانب النمو الاجتماعي لديه.



الآباء والتمييز بين الأبناء

يمثل الأبناء أهم النعم التي أنعمها الله على آبائهم، فهم قرة عينهم، يهتمون بتربيتهم ويكدّون عليهم ويضحون من أجل سعادتهم حتى يعيشوا حياة كريمة هانئة، ولكن هل يتساوى حب الآباء لجميع الأبناء، أم أن هناك تمييزاً في المعاملة ولو ضمنياً، أو حتى دون أن يشعر الوالدين؟ وإذا كان الأمر كذلك فلماذا هذا التمييز؟ وعلى أي أساس يقوم، فهل هو التمييز بين الذكر والأنثى أم بين الصغير والكبير، أم بين الطفل الجميل والأقل جمالاً؟؟.

يظهر التمييز بين الأبناء بأشكال متعددة ومتنوعة، إلا أننا قد نجد الابن يعاني من نوع واحد أو أكثر بحسب نوعية والديه وطبيعتهم.

فمن **الناحية المادية**، نجد أحد الوالدين أو كلاهما يميز بين الأبناء في الملبس والمأكل، أو في المصروف الشخصي، أو بتوفير الألعاب والممتلكات له دون غيره، أو طاعة أوامره وتلبية رغباته.

ومن **الناحية المعنوية** أو العاطفية فنجد الاختلاف في الاهتمام بالأبناء ومداعبتهم والعطف والحنان عليهم، بل حتى في تقبيلهم، فإعلان المحبة للأبناء دون تمييز هي ترجمة لحب وحنان الوالدين ومحاولة منهم للوصول إلى أعلى درجات المساواة، فإن لم ينجحوا في ترجمتها وتجسيدها على أرض الواقع عبر التصرفات الفعلية فإن ذلك سيفضح ما قد يخفيه الأب والأم على حد سواء.

ومن الملاحظ أنه قد يلجأ الآباء إلى التمييز حتى في ضبط أبنائهم وتأديبهم فقد يتعرض أحد الأبناء للعقاب البدني جراء خطأ بسيط ارتكبه، بينما يتم التسامح مع الطفل المحبوب بالرغم من الذنب الذي قام به، وتبدأ حملة الدفاع عنه وتبرير تصرفه والتظاهر بعقابه أحياناً.

وهناك من الآباء من يعتقد أن المسؤول الأكبر عن التمييز بين الأبناء هم الأبناء أنفسهم، وذلك راجع إلى اختلاف الطباع وحسن التصرف واللباقة في التعامل مع الوالدين لتحقيق المطالب، بحيث يبتعد الوالدين عن المساواة دون قصد أحياناَ. سواء في الإنفاق أو العطف أو حق إبداء الرأي والاعتراض.

وقد يكون الذكر في مجتمعاتنا العربية مقبولاً في جميع تصرفاته عن الأنثى، وتعطى له كل الصلاحيات وتنفذ له كل الرغبات ناسين أو متناسين ما حثتنا عليه تعاليم ديننا الإسلامي بعدم التمييز.

آثار التمييز على الأبناء

يترك التمييز آثاراً سيئة على الطرفين المميز لصالحه والمميز ضده، إضافة إلى ترك آثار على طبيعة التعليمات المتبعة في الأسرة والتنشئة الأسرية للأبناء، ومن أهم هذه الآثار ما يلي:

- يظهر التمييز علاقة سلبية تنافرية بين الأبناء، حيث يميل الطفل المميز ضده إلى كره أخيه الآخر وغيرته منه كونه مقرب من والديه، وحسده على الحنان والرعاية التي يحظى بها والتي جاءت على حسابه، وقد يصل الأمر إلى تمني أن يصاب أخيه بأي مكروه حتى يحتل مكانه ويحظى باهتمام والديه.

- على النقيض من ذلك ينشأ الولد الذي يشعر بالمساواة مع أخوته، نشأة صحية نقية، بعيدة عن الحقد والحسد والغيرة .

- قد يؤدي الإحساس بالتمييز إلى الإصابة بأمراض نفسية عديدة. وتكون من نتيجة ذلك فشل الطفل في تحقيق أهدافه المستقبلية وإشباع حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية بشكل سوي، وضعف معنوياته وشعوره بالفشل والإحباط ووقوعه تحت وطأة التوتر والصراع النفسيين.

- في كثير من الحالات عند الأطفال الذين تم التمييز ضدهم منذ الصغر، تبين بأن مشاعر

الضيق والحقد قد ترافقهم عند بلوغهم وقد تنعكس على معاملتهم مع أطفالهم في المستقبل.

- قد يعاني الطفل المفضل هو الآخر من نظرة إخوانه العدائية والكره الممارس ضده على مستوى السلوك اليومي، وقد يصل الأمر إلى مستوى إلحاق الضرر بالتجريح والمقاطعة والضرب في بعض الحالات.

التغلب على هذه المشكلة:

- لا بد للوالدين من أجل تجنب الوقوع في التمييز من البحث الواعي والعمل بأسس التربية وقراءة نفسية الأبناء، كمحاولة لفهم دواخلهم، ومعرفة احتياجاتهم وردود أفعالهم، وهو ما يتطلب جهداً ودراية خاصة لترجمة المحبة والشعور الداخلي إلى سلوكيات وتصرفات، وفي حالة عدم القدرة على ذلك فلا بأس من التصنع لإبداء المحبة لجميع الأبناء، ومن المؤكد أن يرتاح الأبناء لهذه البادرة لتطفوا إلى السطح إيجابياتها ولو كانت بسيطة.

- إعطاء الأبناء حقهم في التعبير عن مشاعرهم وحاجاتهم، والاستماع لهم جميعاً.

- عدم إيلاء اهتمام كبير للطفل الصغير بشكل ملفت للنظر، خاصة أمام أخيه الذي يكبره مباشرة، لكي لا يفسر ذلك بأنه نوع من التمييز بينه وبين أخوته.

- بث روح التعاون والمحبة بين الأطفال بعضهم البعض، وتكليفهم بمهام جماعية من شأنها خلق هذا التعاون.

- عدم ذكر السلبيات في الطفل وتجريحه أمام أخوته عند القيام بالخطأ، بل مناقشة ذلك معه على انفراد.

- تطبيق التعليمات على الجميع، دون التذبذب باتباع طرق مختلفة في العقاب والثواب، وتشجيع التصرفات الحكيمة التي تظهر عليهم.

- إعطاء البنت حقها في الدفاع عن نفسها أمام أخيها، وإظهار قدراتها وتشجيعها، وعدم اهمالها.

ارتباط نقص الحديد بالنشاط المفرط في الأطفال

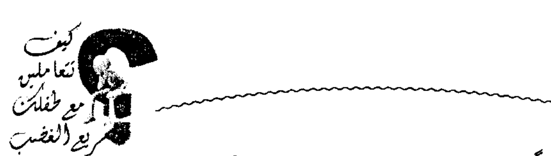
أظهرت دراسة فرنسية حديثة أن نقص الحديد في الأطفال قد يساهم في ما يسمى بالنّشاط المفرط وتشتت الانتباه ADHD في الأطفال، وهي حالة تتصف بزيادة الحركة الشديدة والتهور في حركة الطفل مع قلة الانتباه إلى ما يجب أن ينتبه إليه. وأضاف الباحثون أن نقص مستوى الحديد عند الطفل المصاب بالنشاط المفرط مرتبط بزيادة شدة الأعراض. من ناحية أخرى هناك ارتباط بين نقص الحديد وبين متلازمة السيقان المتعبة عند النوم.restless legs syndrome

يرى الباحثون أن إضافة الحديد لغذاء الأطفال المصابين بالنشاط المفرط ونقص الحديد قد تفيد في تخفيف الأعراض، بل قد تكون ذات تأثير فوريّ وكبير عن هؤلاء الأطفال.

نقص الحديد يؤدي إلى نقص نمو المخ

أظهرت البحوث السابقة أن نقص الحديد في مرحلة الطّفولة قد يؤدي إلى تباطؤ نموّ المخّ، الأمر الذي قد يؤدي إلى تأخر الأداء الدراسي للطفل فيما بعد.

قامت الدراسة بقياس مستويات بروتين الـ « فِيرِّتين ferritin « في دم 53 طفلاً مصاباً بالنّشاط المفرط و27 طفلاً غير مصاب بالنّشاط المفرط، لكنّه يعاني من ضعف خفيف في المطالعة في المدرسة. فتبين أن مستويات الـ فِيرِّتين منخفضة بشدّة لدى 84٪ من الأطفال المصابين بالنّشاط المفرط، مقارنة بـ 18 ٪ من الأطفال بدون النّشاط المفرط.



وقد لاحظ الباحثون أن الأطفال الأكثر نقصاً في مستويات الحديد كانوا أكثر حركة وقلة في الانتباه. مما جعلهم يستنتجون أن انخفاض مخزون الحديد في الـ فِيرِّتين قد يشرح ما نسبته 30 ٪ من شدة الإصابة بالنّشاط المفرط. والـ فِيرِّتين هو بروتين موجود في الجسم، وظيفته تخزين عنصر الحديد. ويستخدم كمقياس على كمية الحديد المخزونة في الجسم.

يقول الباحثون أنّ سّبب انخفاض مستويات الحديد في الأطفال المصابين بالنّشاط المفرط غير واضح، إذ لم يكن لدى الأطفال في الدّراسة دليل على سوء التغذية المؤدي إلى انخفاض مستويات الحديد لديهم.

لكنه من المعروف أن نقص مستويات الحديد في المخّ قد يغيّر من نشاط هرمون الدوبامين dopamine وهي مادّة كيميائيّة مشتركة في التحكم في الحركة. وهو ما يمكن أن يشرح الرابطة الملاحظة بين مخزون الحديد في الجسم والنّشاط المفرط. إلا أن البعض يشكك في أن نقص الحديد يشترك في إصابة الأطفال بالنشاط المفرط، بل يمكن أن يكون وراء نسبة بسيطة من الحالات.

وفي الوقت الذي يبدو فيه مبكرا أن يكون للدراسة تأثير فوريّ على علاج النّشاط المفرط، إلا انه من الصحيح أن تصحح مستويات الحديد المنخفضة لدى الأطفال خصوصا الذين يعانون من النشاط المفرط.



بعض المشاكل السلوكية

النشاط المفرط (النشاط الزائد)

ليس من الصعب التعرف على الطفل مفرط النشاط فهو طفل دائم الحركة، يتنقل من مكان لآخر ومن نشاط لآخر ولا يكاد يكمل أي مهمة يكلف بها. حتى إذا جلس على مقعده، فإنه لا يهدأ، فترات يتململ، ويتلوى في مكانه، انه طفل «لا يكل ولا يمل» يمكن أن تراه في أي مكان وكل مكان إلا مقعده.

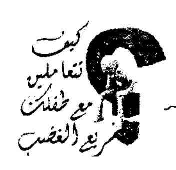
ولا توجد حلول سهلة لمعالجة سلوك هؤلاء الأطفال والحقيقة أن التدريس لطالب أو طفل مفرط النشاط يكون من أكثر المشكلات التي تواجه المعلم. كما يمكن أن تكون من أكثر المشكلات إثارة للسخط خاصة إذا كان الطفل يشتت قدرة المعلم والأطفال على التعلم.

والتحدي في معاملة الأطفال المفرطي النشاط يكمن في محاولة إيجاد توازن بين احتياجات الطفل واحتياجات الأطفال الآخرين. فأنت تريد أن تخلق وسطاً دراسياً مناسباً وتقلل حجم الإزعاج الذي يسببه الطفل وهذا يتطلب قدراً كبيراً من التخطيط، والدعم والتنظيم والتماسك والصبر.

طرق مواجهة المشكلة

1 . أدخل التمارين البدنية إلى جدول الأنشطة اليومية الخاصة بالطفل:

تعتبر هذه الوسيلة من أفضل الطرق التي يمكن إتباعها مع جميع الطلاب وليس فقط الطلاب مفرطي النشاط إذ أغلب الأطفال يصابون بالضجر ويتمللون إذا تم إجبارهم على الجلوس لفترة طويلة، يمكن أن تعطي الطالب أو الطفل فرصة للتنفيس عن طاقته الزائدة من خلال إشراكه لأحد الأنشطة من آن لآخر.



2. **حدد سبب الإفراط في النشاط:**

على الرغم من أن الإفراط في نشاط الطفل قد ينتج عن نقص وإضطراب في التركيز نتيجة لأسباب نفسية، فإنه قد يحدث أيضاً لأسباب أخرى مثل صعوبة الواجبات على الطفل أو قد يكون شديد السهولة فيصيبه بالملل أو قد يكون ناتج عن الضيق أو الألم.

3. **تحدث إلى الطالب على إنفراد:**

أخبره أن كثرة حركته تؤثر على قدرته على الدراسة وتؤثر على الآخرين. ويمكنك أن تخبره أن الأطفال الآخرين قد يتضايقون من سلوكه ويتجنبونه نتيجة لذلك.

ومن المهم أن يسمع الطفل مفرط النشاط ذلك لأنه قد لا يكون مدركاً لطبيعة سلوكه وتأثيره على الآخرين. ولكن لا تتوقف عند ذلك فعليك أن تتعاون مع الطالب بأسلوب مشجع بعيد عن العقاب والتوبيخ.

4. **امدح الطالب أو كافئه على سلوكه الهاديء:**

امتدح الطالب عندما تلاحظ أنه يجلس في مقعده في هدوء، بدون إثارة للإزعاج يمكن أن يكون المدح بصورة كلمات بسيطة، هدايا بسيطة أو أي أسلوب بتعزيز مناسب للطفل.

5. **خفف من وطأة داخل حجرة الدراسة:**

قد يكون من الضروري إلزام كل الطلاب بالجلوس على مقاعدهم، والنظر للأمام، مع وضع أقدامهم على الأرض وإستقامة ظهورهم، فيمكنك مثلاً أن تسمح للطالب مفرط النشاط الوقوف قرب مكتبه، أو السير في أرجاء حجرة الدراسة حاملاً أي نشاط، أو أن تدعه يقرأ من كتابه وهو واقف ما دام أنه لا يزعج الآخرين وأيضاً من الممكن أن تسمح للطالب أن يجلس على الأرض إذا كان يظهر نشاطاً وتركيزاً أكبر وهو في هذا الوضع.



6. اعط الطالب فترة راحة (فسحة):

يميل الطالب مفرط النشاط للتململ وكثرة الحركة بشكل أسرع من سواه من الطلاب. فإذا كان لديك طالب من هذه النوعية، وفر له متنفساً لطاقته.

واحرص على أن يمارس نشاطاً حركياً أثناء فترة الراحة. فيمكنه مثلاً التوجه إلى المرحاض أو الذهاب لشرب الماء.

7. امنح الطالب الفرصة للتنفيس عن طاقته الزائدة:

اسمح للطالب بإعادة توجيه طاقته الزائدة، من خلال المشاركة في أنشطة بناءة بدلاً من أن تتركه يهيم على وجهه بلا هدف. وبهذه الطريقة، فإنه سيتعلم تحمل المسئولية والمساهمة في النشاط مع التنفيس عن طاقته الزائدة التي من شأنها إزعاج باقي الطلاب إن لم يتم توجيهها. كما أن تنمية حسن الإنتماء لزملائه ولحجرة الدراسة له أهمية خاصة في حالة الطفل مفرط النشاط وفيما يلي بعض أمثلة من الأنشطة التي يمكنك أن تطلب منه ممارستها:

- تزيين لوحة الإعلانات والبيانات داخل حجرة الدراسة.
- جمع أو توزيع الأوراق على زملائه.
- توصيل رسالة إلى معلم آخر.
- مسح السبورة.
- إعداد لافتات لحجرة الدراسة.
- ري النباتات الخاصة بحجرة الدراسة.
- جمع الكتب من الطلاب.

8. اسمح للطالب بالعبث بالأدوات الموجودة على مكتبه:

يستطيع بعض الطلاب مفرطي النشاط الإكتفاء بالعبث بالأدوات الصغيرة الموجودة

على مكاتبهم دون التحرك من على مقاعدهم مع متابعتهم الأنشطة الدراسية. والحقيقة أن القيام بذلك قد يساعدهم بالفعل على تركيز انتباههم. لذا، فكر في السماح للطالب مفرط النشاط بالعبث بمثل تلك الأدوات من مشابك أوراق أو عصى تنظيف أنابيب الأقلام ما دام يركز في دروسه. كما يمكنك أن تسمح للطالب بأن يحمل كرة مطاطية ليعتصرها بيده من أجل التنفيس عن توتره أثناء جلوسه على المقعد. وهناك أسلوب آخر للتنفيس عن التوتر يتمثل في وضع شريط مطاطي تحت مكتبه بحيث يضغط عليه بساقه أثناء الجلوس.

- **9. أنشيء منطقة عمل خاصة بالطالب:**

أقم حول الطالب حدوداً مادية من خلال وضع شريط عازل حول مكتبه بحيث يكون على شكل مربع أو مثلث، مع وضع الشريط على مسافة قدم أو نحو ذلك من موضع مكتبه من الجهات والتحرك كما يشاء ما دام يفعل ذلك داخل حدود تلك المنطقة، وأنه لا يستطيع مبارحتها دون إذنك. ولن يمنح ذلك الطالب إحساساً بالثقة فحسب، بل سوف يساعده أيضاً على تعلم ضبط النفس. وبمرور الوقت، عليك أن تقلل من المساحة المحيطة بمكتب الطالب بزحزحة الشريط إلى الداخل شيئاً فشيئاً.

- **10. ألزم الطلاب بالجلوس على سجاجيد مربعة خلال الحلقات الدراسية:**

إن ذلك سيساعد على إلزام الطلبة كثيري الحركة والتململ بالبقاء في أماكنهم، كما أنه يقلل من فرصة تسببهم في إزعاج الطلاب الآخرين.

- **11. اتفق على إشارة صامتة لتنبيه الطالب إلى أنه قد ترك مكانه:**

تماماً كما فعلت مع الطالب ضعيف الإنتباه، اتفق مع الطالب مفرط النشاط على إشارة صامتة لا يلحظها أحد لتنبيهه إلى ضرورة العودة إلى مقعده. وقد تكون الإشارة غمزة من عينك، أو لمسة على كتفك، أو فركة لأذنك. وقد يلزم أن تنادي الطالب باسمه بصوت خفيف لجذب انتباهه.



12. استخدم أسلوب التذاكر:

إذا كان الطالب يكثر من مبارحة مقعده للقيام بأشياء معينة، مثل قيامه ببرى القلم الرصاص أو إلقاء سؤال عليك، فيمكنك أن تعطيه عدداً محدوداً من التذاكر، وتطلب منه إعطاءك تذكرة منها كلما أراد مغادرة مقعده. وعندما يستنفد الطالب كل تذاكره، فلا تسمح له بمغادرة مكان ثانية. فإذا فعل ذلك، فاحرمه من 3 دقائق من وقت الفسحة، وافعل نفس الشيء إذا تكرر الأمر. وهذا الإجراء من شأنه أن يعلم الطالب كيفية ضبط النفس مع الحد من كثرة تحركه بعيداً عن مقعده في نفس الوقت.

13. عاقب الطالب إذا كان سلوكه شديد الإزعاج:

إن توفير وسائل الراحة والتكيف للطالب مفرط النشاط لا يعني أن بوسعه التصرف كيفما يشاء. فإن بدأ سلوكه يتسبب في إزعاج زملائه ويؤثر في قدرتهم على التركيز، فأخبره أن سلوكه غير مقبول وأوضح له بدقة التصرفات المطلوبة منه. فإذا واصل إزعاج زملائه بعد حديثك معه، ففكر في معاقبته بالإستبعاد المؤقت، أو احتجازه، أو حرمانه من امتياز ما. وإذا عقدت العزم على معاقبته، فليكن ذلك سريعاً وعلى الفور حتى تحقق أقصى تأثير ممكن من العقاب.

14. وفر للطالب مقعداً مريحاً:

يمكنك وضع بعض الوسائد المحشوة بحبيبات بلاستيكية والتي تستخدم للجلوس، أو حتى وضع بعض الوسائد العادية في أحد أركان حجرة الدراسة. وعلى الرغم من أن الطلاب قد يستمتعون بالتواجد في هذا الركن، إلا أن الطالب مفرط النشاط سينجذب إلى هذا المكان بشكل خاص لأنه لا يستطيع الجلوس لفترات أطول والتركيز بشكل أفضل عند الجلوس على مقاعد مريحة.

15. ساعد الطلاب على تفهم سلوك زميلهم مفرط النشاط:

إن لهذا الأمر أهمية خاصة، حيث قد تترسب في نفوس طلابك مشاعر سلبية تجاه هذا الطفل مفرط النشاط. فتحدث إليهم في غيابه، وساعدهم على تفهم حقيقة أنه يواجه مشكلة في السيطرة على مستوى نشاطه. ووضح لهم أن أكثر سلوكياته المثيرة للضيق كاصطدامه بهم وإزعاجهم، ليست تصرفات مقصودة. وبالمثل، ساعد الطلاب على تفهم مدى احتياج هذا الطفل لوسائل الراحة والتكيف داخل حجرة الدراسة، شارحاً لهم أن له احتياجات خاصة تختلف عن باقي زملائه. ويمكنك أيضاً أن تقترح عليهم إخباره بأسلوب لطيف أن سلوكه يضايقهم.

16. فكر في الإستعانة بمعلم مساعد للتحكم في سلوك الطالب:

إذا صار الطالب مصدر إزعاج لزملائه، فيمكنك أن تطلب من المعلم المساعد أن يأخذه في نزهة إلى ردهة المدرسة أو إلى صالة الألعاب الرياضية حتى يمارس إحدى الألعاب أو يقوم ببعض التمارين. ويمكن للمساعد أيضاً أن يعينك على التحكم في سلوك الطالب خلال الأنشطة غير المنظمة كالفسحة مثلاً أو وقت الغداء أو المرور برواق المدرسة.

17. اجعل الطالب يرتد سترة مزودة بأثقال:

إن هذه السترة عبارة عن ثوب ذي وزن زائد، وهي تستخدم في مساعدة الطلاب مضطربي الإنتباه أو مفرطي النشاط على الإسترخاء وإلتزام الهدوء. كما يستخدم بعض المعلمين اللفافات الرطبة التي توضع على رقبة الطالب، فتزيد من ثقل وزنه، وحرارته، كما تمنحه نوعاً من الإثارة اللمسية،.وكل هذا من شأنه تخفيف توتر الطالب وتهدئته. وإذا كان بمدرستك طبيب مقيم، فسله عن مدى صلاحية وتوافر تلك الوسائل بالنسبة لطالبك.

18. استمع إلى موسيقى هادئة:

قد تجد أن الموسيقى الهادئة، بما فيها الموسيقى الكلاسيكية، لها تأثير مهدىء على طلابك، حتى إنها قد تحسن من قدرتهم على التركيز.

الطفل العنيد وطريقة التعامل معه

بالطبع نحن جميعاً نتمنى أن يتمتع أطفالنا بأخلاق طيبة وأن يتعلموا الفرق بين الصواب والخطأ، ولكن ليس ذلك دائماً سهلاً، خاصةً إذا كان الطفل عنيداً ويقابل كل ما تقولينه بكلمة) لا (لا شك أن التعامل مع الطفل العنيد شئ صعب وأحياناً ينفذ صبرك قبل أن ينفذ صبره هو، ولكن هناك طرقاً فعالة للتعامل مع العند حتى يكون بيتك مكاناً هادئاً بدلاً من أن يصبح ميداناً للمعارك!

هل من الطبيعى أن يكون طفلى عنيداً بهذا الشكل؟

إن العند صفة طبيعية جداً فى الأطفال، وكل طفل عنيد إلى حد معين، لأن من طبيعة الطفل أن يختبر البيئة المحيطة به لكى يعرف مداه. لكن الأطفال لا يعرفون حدودهم ومن مهمة الأبوين أن يضعا لهم هذه الحدود.

الطفل منذ صغر سنه يكتشف أنه شخصية مستقلة وله القدرة الذاتية على التفكير واتخاذ القرارات لنفسه، وكذلك القدرة على الاعتراض على أى شئ لا يعجبه، يبدأ ذلك عندما يبدأ الطفل فى اكتشاف العالم من حوله ويقابل كثيراً بعبارات مثل، لا، لا تفعل ذلك(أو)لا تلمس هذا(عندئذ يبدأ الطفل فى الاعتراض ويحاول أن يفعل ما يريده بغض النظر عما يقوله أبويه. هنا يبدأ دور الأبوين فى تهذيب طفلهما، فكلما كان ذلك مبكراً كلما كان أفضل. ما هو الحل؟

إن التربية الفعالة هى أفضل طريقة للتعامل مع العند ومنعه ولها ثلاث قواعد أساسية فى التعامل مع الطفل.

- **القاعدة الأولى:**

وأول قاعدة من قواعد التربية هى (الثبات على المبدأ عند تعاملك مع الطفل

) هذا يعنى أن يتفق الزوجان مسبقاً على ما هو مسموح به وما هو غير مسموح به للطفل وماذا يفعلان إذا تعدى الحدود الموضوعة له، فلا تقبلى شئ يرفضه زوجك والعكس صحيح. أيضاً لا تتغاضي عن شئ فعله طفلك اليوم ثم تعاقبينه على الفعل نفسه فى اليوم التالى.

القاعدة الثانية:

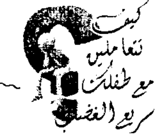
هى أن تكونى هادئة ولكن حاسمة في نفس الوقت عندما يعند طفلك. إذا طبقت هذه القواعد فسيفهم طفلك حدوده جيداً.

القاعدة الثالثة:

إن إدخال روتين معين فى حياة طفلك سيقلل من المواقف التى يحدث فيها الصدام بينكما وسيساعده ذلك على معرفة ما هو متوقع منه، فكرة جيدة أن تحددى مواعيد للطعام، الاستحمام، النوم، والأشياء الأخرى التى تعتبرينها هامة.

لذا يجب أن تضعى فى اعتبارك أنه تماماً مثلما تتوقعين من طفلك اتباع النظام دون مساءلة يجب أيضاً أن تسمحى له بمساحة من الحرية لاتخاذ القرارات الخاصة به، أن يعلم الطفل أنه يستطيع تكوين رأى وأنه قادر على اتخاذ قرارات خاصة به ذلك يمثل جانباً هاماً فى نمو شخصيته.

ننصح بأن يقرر الأبوان الأمور القابلة للنقاش والأمور غير القابلة للنقاش. على سبيل المثال، لن يضر السماح لطفلكما باختيار فيلم الكارتون الذى يريد مشاهدته أو اختيار الملابس التي يريدها أو يفضلها ، فهذا سيعطيه شعوراً بإشباع رغبته فى الاختيار. لكن إذا صمم طفلك على فعل شئ خطر مثل اللعب بسكين، أو إذا أراد أن يفعل شيئاً لا يناسبك وأصر عليه مثل زيارته لجدته فى وقت يكون لديك فيه الكثير من المشاغل فى البيت، فى هذه الحالة يكون القرار النهائى لك.



إلى أى مدى أكون حازمة؟

لا يجب أن يكون الأبوان متراخيين أكثر من اللازم أو حادين أكثر من اللازم، فالمبالغة فى كلتا الحالتين ستؤدى إلى نتائج غير طيبة. فإذا قوبل كل ما يريده الطفل بالرفض دائماً دون إعطائه فرصة اتخاذ أى قرار، سيؤدى إلى عدم قدرته على اتخاذ أى قرار أو تكوين أى رأى، فتحكم الأبوين الدائم فى الطفل، يحجم شخصيته.

على الجانب الآخر، إذا لم يوجه الأبوان طفلهما وتركاه يفعل ما يريد بصفة دائماً؛ أياً كان ما يريده، فستكون النتيجة طفل منفلت ليس لكلام أبويه أى تأثير عليه.

- **إن أفضل طريقة للتعامل مع الطفل الذى يصر على فعل شئ ترين أنه غير لائق تتضمن ثلاث خطوات:**

- أول خطوة هى أن تقولى لطفلك بهدوء وحسم أنه يجب أن يتوقف عن ذلك السلوك وأنك لا تريدينه أن يكرر هذا السلوك حيث أنك لا تقبلينه.

- ثانياً إذا لم يتوقف الطفل عن سلوكه، ذكريه أنك قد طلبت منه من قبل التوقف عما يفعله وقولى له أنه إن لم يتوقف فى الحال فسوف يعاقب.

- وأخيراً إذا استمر الطفل فيما يفعل بغض النظر عما قلتيه له، فيجب أن تقومى بمعاقبته حتى لو أغضبه ذلك.

يجب أن يعرف الطفل أنك تعنين ما تقولين، وأنه لن يستطيع تحت أى ظرف من الظروف الاستمرار فى اتباع السلوك السئ.

العقاب المناسب هو حرمان الطفل من شئ يحبه، مثل مشاهدة التليفزيون، أو الذهاب إلى النادى، لكن ليس من المناسب أبداً ضرب الطفل أو سبه بألفاظ جارحة.

من الطبيعى أن يحدث بينك وبين طفلك أحياناً تضارب فى الرأى، أن السر فى التعامل مع عناد الطفل هو أن يتسم سلوكك معه بالهدوء ولكن بالحسم والثبات فى نفس الوقت ...

المهارات النفسية
للتعامل مع الطفل العنيد

بخلاف أساسيات الحب والاهتمام التي ينشدها كل شخص، يتحفز الأطفال للوصول إلى أحد ثلاثة أهداف: الإنجاز، الصداقة والسيطرة. الأطفال الذين يحفزهم الإنجاز هم أولئك الذين يعتبرهم الآباء والمدرسون ناجحين ومتسمين بالكمال.

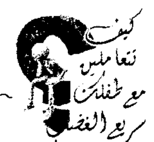
والأطفال الذين تحفزهم الصداقة، فإن أفضل ما يحبونه في اليوم الدراسي هي فترات الراحة حتى يقضوها مع الأصدقاء ومثل هؤلاء الأطفال يكون من السهل تربيتهم وتهذيبهم.أما الأطفال الذين تحفزهم السيطرة فهم أطفال عنيدون، غالباً يقدرون حجم العالم بتحديد ما يمكنهم السيطرة عليه والتحكم فيه، وتكون لهم إرادة قوية ولهم بعض الإنجازات والصداقات مثل كل الأطفال.

سمات الطفل العنيد

- **حب السيطرة:** يرغب في السيطرة والتحكم في حياته أكثر من الأطفال الآخرين، وهو مستعد لعمل أي شيء للوصول إلى السيطرة أو الاحتفاظ بها أو استعادتها.

- **الاستغلال:** لدية سرعة بديهة في رؤية ردود فعل الآخرين واستغلال هذه الردود في صالحه.

- **عدم إحساسه بالمشكلة:** لا يدرك الأطفال العنيدون الدور الذي يلعبونه في خلق المشكلات، وبدلاً من ذلك يفهمون خطأ أنهم ضحايا وفي كثير من الأحيان يقنعون أنفسهم بأن شخصاً آخر هو المخطئ.



- **حب السلبية:** له القدرة على تحمل قدر كبير من السلبية مثل صراخ الآباء وتوبيخهم له وهذه الصفة المميزة للأطفال العنيدين لها تأثير كبير على تربيتهم والتعامل معهم؛ لأننا غالباً ما نستخدم الغضب أو السلبية كوسيلة للتأديب والتربية. إن السلبية الزائدة بالفعل تعزز التحدي والعناد عند الطفل بدلاً من تقليله.

إذا لم تنطبق أي من الصفات التي ذكرناها على طفلك فربما يكون هذا الطفل ما نسميه بالطفل غير المرن أو الجامد الذي لا يتغير.

كل الأطفال الذين ذكرناهم يمتلكون مهارات السلوك، ولكن ينقصهم التحفيز لاستخدام هذه المهارات، ولكن الأطفال غير المرنين تنقصهم مهارات السلوك؛ فهم لا يعرفون كيف يتصرفون على نحو مناسب في كثير من المواقف كما أن أقل تغير يجعلهم قلقين.

يريد الأطفال غير المرنين أن تبقى الأشياء كما هي؛ لأن الروتين يوفر لهم الأمان، وهؤلاء الأطفال لهم صفة مميزة؛ إنهم لا يظهرون التعلم أو الاستفادة من النتائج وهم أيضاً عنيدون متصلبو الإرادة والآراء.

الأطفال غير المرنين بحاجة إلى مساعدة أكبر في تطوير مهارات جديدة، وأفضل طريقة لمساعدتهم هي التركيز على عدد قليل من السلوكيات السيئة وتقسيم النتائج المرغوب فيها إلى أجزاء أصغر، وهذا يجعل التغيير أكثر تدرجاً وأكثر سهولة كي يتقبله الطفل.

دور التربية

يمكن للآباء أن يتسببوا في سلوك العناد والتحدي لدى الطفل، ومن ذلك محاولة السيطرة على أطفالهم، فلا يخبرونه فقط بما يجب أن يفعله، ولكن أيضاً كيف يفعله بكل دقة فيكون رد الفعل للطفل هو التمرد.

أيضاً الآباء المسالمون الضعفاء يحاولون أن يفعلوا أي شي لإرضاء الطفل حتى يستمر الهدوء، ولكن عندما تستجيب باستسلام لنوبة الغضب، فأنت بذلك تساعد في تشكيل طفل عنيد.

كذلك الآباء المتوجسون يخافون أن يقوموا بتهذيب أولادهم خوفاً من اتهام الآخرين لهم بأنهم يسيئون إليهم فلا يوفرون لأطفالهم التأديب المناسب، وينتهي بهم الأمر إلى الأبوة القائمة على الخوف.

الأطفال من سن عامين إلى أربعة أعوام عنيدون وهي مرحلة طبيعية يحاول فيها الطفل تحدي والديه، ولكن عندما يبلغ سن الخامسة يكون قد تخطى هذه المرحلة وأصبح مستعداً للاستماع إلى الوالدين لفترة طويلة، ولكن هذا التطور يعتمد كثيراً على كيفية معالجة الوالدين للعناد أثناء هذه المرحلة.

السلوك العنيد للطفل يتعلمه بملاحظة نغمة صوتك ولون الوجه وكمية الوقت التي مرت بعد إصدارك التهديد الأول، ومن خلال هذه الملاحظة يمكن للطفل أن يميز مدى جديتك وصدقك أو إذا كنت تخدعه.

عندما يقع الآباء في منطقة الاستجابة غير الفعالة للعناد فهم يسببون عن غير قصد حالات أكثر من سوء السلوك، فيتعلم الأطفال التهرب من طاعة الأوامر باستخدام مناورات للتأجيل بأن يجعلوا آباءهم يصابون بالإحباط.

حيل الطفل العنيد

هذه الحيل هي أنماط السلوك التي غالباً ما يمارسها الأبناء أو يتبعها الآباء وهم يحاولون أن يجعلوا أطفالهم يبدلون سلوكهم، وهي بالتأكيد حيل ترغب أن تبتعد عنها؛ لأنك عندما تحتال على طفلك فإن تصرفاتك يسهل التنبؤ بها، وبذلك تسمح للطفل أن يحدد بدقة كيف يؤثر عليك ويناورك.

- **حيلة الذنب**: يستخدم الطفل الذنب ليجعل أبويه يتركانه يفعلان ما يريد. والطفل العنيد خبير في المناورة واستخدام هذه الحيلة ببراعة.

- **الصراخ والبكاء**: يحاول الطفل إجبار والديه بالانصياع لما يريد بالصراخ والبكاء، فإذا أردت الهدوء في المنزل فعليك أن تتجنب هذه الحيلة.

- **التفاوض**: إن خطورة إعطاء الطفل فرصة التفاوض من أجل أن يحصل على ما يريد يمكن أن تمتد من الإزعاج والمضايقة في السنوات الأولى إلى مشكلات أكثر خطورة في المراهقة.

- **العنف**: يصبح الطفل عنيفاً ليرى إذا ما كان يمكنه السيطرة على بيئته أو إرهاب من حوله لكي يتركوه يفعل ما يريد. ويستخدم الأطفال غالباً هذه الحيلة بحثاً عن الانتقام بسبب انتقادهم وفرض القيود عليهم، وكلما كبر الطفل ازدادت لديه خطورة هذه الحيلة.

- **التهديد والوعيد**: يهدد الوالدان بالعواقب الوخيمة التي يستحيل تنفيذها؛ فيفقد الأطفال احترامهم لآبائهم؛ لأنهم يعرفون أن هذه التهديدات بلا قيمة.

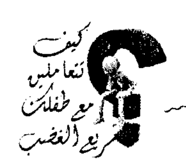
- **الاستجواب**: يستخدم الوالدان المنطق والكلام في محاولة لإجبار الطفل على الاعتراف وتحمل مسؤولية أفعاله.

- **حيلة المعالج**: يحاول أحد الوالدين أن يستمع للطفل بتعاطف عندما يسيء السلوك أو محاولة جعل الطفل يكتشف مشاعره المبهمة التي أدت إلى سوء السلوك، معتقداً أن البصيرة وحدها تكبح سوء السلوك. هذه المحاولة لا تخلق تغييراً في سلوك الطفل العنيد، ولكنها غالباً ما تؤدي إلى مزيد من الإحباط.

- **الإرهاب**: هي الحيلة التي يهدد الطفل من خلالها بإيذاء نفسه، وعندما يستجيب الآباء للتهديدات؛ فإن تربيتهم تصبح على أساس الخوف لا على أساس الحب، وهذا لا يحقق الاستقرار للطفل.

أفضل الطرق للتعامل مع الطفل العنيد هو أن تهتم به وترعاه بشرط ألا تتورط في حل مشكلاته؛ لأنك إذا تدخلت فإنك سوف تسبب أذى وضرراً أكثر من النفع وسوف تمنع فرصة تعلمه ونموه.

لا تحاول زرع الحكمة في طفلك أو تحرمه من الشعور بعواقب أفعاله، بل لابد أن يجرب الطفل كيف تسير الدنيا قبل أن يحصل على حكمته الخاصة به.



الوقاية من الاضطرابات

السلوكية والانفعالية عند الأطفال

يعبر مفهوم الوقاية عن الإجراءات والخدمات الطبية والاجتماعية والتربوية والنفسية والتأهيلية التي تعمل على الحيلولة دون حدوث اعتلال أو ضعف عام عند الإنسان، ومنع تطور العجز والتغلب عليه والحيلولة دون تطوره إلى حالة إعاقة، وتهدف البرامج الوقائية إلى تفادي مشكلات معينة حتى نتجنب حدوثها، وتعد تفادى مشكلات الاضطرابات السلوكية والانفعالية من الأمور ذات الأهمية الكبيرة التي تلفت نظر الكثيرين نظراً لأنها تؤثر على العديد من الأفراد مما يؤدي إلى حدوث بعض الصعوبة في علاجها، حيث تتضمن بذلك العديد من المشكلات منها ما يتعلق بالطفل نفسه ومنها ما يتعلق بالوالدين ومنها ما يتعلق بالأسرة عامة وهو الأمر الذي يكلف المجتمع جهوداً كبيرة.

ويعتبر الطفل الذي لديه اضطراباً سلوكياً أو انفعالياً هو ذلك الطفل الذي يظهر مظهراً واحداً أو أكثر بدرجه واضحة لفترة زمنيه طويلة من المظاهر التالية:

-1 عدم القدرة على التعلم والتي لا تعود لأسباب في القدرات العقلية أو الحسيه أو العصبية أو الجسمية أو الصحية العامة بشكل واضح.

-2 عدم القدرة على إقامة علاقات شخصية مع الأقران والمعلمين والاحتفاظ بها.

-3 ظهور السلوكيات والمشاعر غير الناضجة وغير الملائمة في ظروف وأحوال ومواقف عادية.

-4 شعور عام وحالة مزاجية تعكس عدم السعادة والاكتئاب.

-5 ظهور أعراض جسمية مصاحبة من قبيل : اضطرابات النطق واللغة، الآلام، المخاوف المرضية ، المشكلات الدراسية .

ولتحقيق الوقاية من الاضطرابات السلوكية والانفعالية غالباً ينصح باتخاذ الإجراءات التالية:

أولاً: الإجراءات الصحية:

(أ) الإجراءات الصحية في مرحلة ما قبل الزواج:

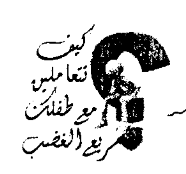
وتعد هذه الإجراءات من أهم الطرق وأكثرها فعالية، فكثير من الدول نادت بهذه البرامج ولكن دون جدوى إلى أن تم إلزام المجتمع بتطبيقها، وذلك للفائدة التي تعود منها على أفراد المجتمع كافة.

فقد تمكن العلماء حديثاً من تحديد الجينات التي قد تسبب الكثير من الاضطرابات وقد أصبح بمقدورهم إجراء الفحوصات الطبية والمخبرية على الأفراد لمعرفة قابلية حدوث بعض الاضطرابات الجينية، ومع تسارع تقدم العلم وخصوصاً علم الجينات أصبح المزيد من الفحوصات متوفراً الآن . كذلك استطاع العلم تحليل الكروموسومات (الصبغيات) تحت المجهر للتعرف على المشكلات التي قد تؤذي المواليد لاحقاً .

إن العوامل الجينية أو الشذوذ الكروموسومي وغير ذلك من العوامل البيولوجية تلعب دوراً كبيراً في احتمالية حدوث مشاكل لاحقة، فالأسر التي لها تاريخ مرضي (اضطرابات نفسية، عقلية ، سلوكية وغيرها) يجعلهم مؤهلين أكثر للإصابة بالاضطرابات السلوكية والانفعالية أكثر من غيرهم

(ب) الإجراءات الصحية في مرحلة ما قبل الحمل:

ويتضمن ذلك تعديل الأنماط الحياتية والعادات الصحية في مرحلة ما قبل الحمل، وخاصة الأمهات اللواتي عانى أطفالهن في السابق من صعوبات معينة.



(ج) الإجراءات الصحية في مرحلة الحمل ـ ما قبل الولادة:

وتتضمن الحصول على رعاية طبية مبكرة ودورية أثناء مرحلة الحمل، والامتناع عن تناول أية عقاقير طبية، وتجنب التعرض للأشعة السينية والمواد الكيماوية والمواد السامة، والامتناع عن تناول أي أطعمة تشمل فيروسات حية في توقع الحمل، والمشروبات الكحولية وعدم التدخين، والحرص على تناول الغذاء السليم المتكامل.

(د) الإجراءات الصحية في مرحلة الولادة : والتي تتضمن الإجراءات الوقائية لعسر الولادة ونقص الأكسجين عن دماغ الطفل الوليد، والإصابات أثناء مرحلة الولادة، والتوليد الصحيح الذي يتم تحت إشراف مختصين.

(هـ) الإجراءات الصحية في مرحلة ما بعد الولادة:

كتجنب نقص اليود والحديد عند الطفل والذي من شأنه ظهور الاضطرابات السلوكية والانفعالية وصعوبات التعلم، وتوفير اللقاحات اللازمة للأطفال وإعطائها لهم في المواعيد المحددة يحد من احتمالية ظهور اضطرابات بشكل عام، إضافة إلى العلاج المبكر لأمراض الطفولة والتغذية السليمة الخالية من كل المواد الصناعية والرضاعة الطبيعية، والنظافة الشخصية وإتباع قواعد الأمن والسلامة العامة.

ثانياً: الإجراءات التربوية والاجتماعية والنفسية:

يفرق المختصون بين أسلوب التربية وأسلوب إعطاء المعلومة فالأول يقدم المعلومة منسوجة في سياق قيمي معين يتفق مع السياقات الأخرى المعمول بها في مجتمع التنشئة والثاني يقدم المعلومة عن موضوع معين خالصة كأنها في فراغ ، فهناك طرق متعددة لاستخدام الأساليب التربوية في ميدان الوقاية الأولية من الإصابة بالإضطرابات السلوكية والإنفعالية، تختلف فيما بينها من حيث نوعية الأشخاص الذين تقدم إليهم وأعمارهم، والمواقف التي تقدم فيها هذه الأساليب، ومن ثم يمكن

استخدام هذه الأساليب مع الأطفال في إطار المدارس والمراهقين أيضاً، وكذلك للآباء المربين المسؤولين لتوصيلها بدورهم إلى الأبناء والتلاميذ من أجل تيسير سبل اكتشاف الاضطرابات السلوكية والانفعالية، والتعرف على الأشخاص المستهدفين وتزويدهم بالمعلومات الصحية عن الاضطرابات السلوكية والانفعالية ومسبباتها وطرق علاجها، وذلك يعني أهمية استغلال وتوظيف التربية والتعليم لممارسة العمل الوقائي من الدرجة الأولى، كما أن المناهج والمقررات الدراسية تساعد في تحقيق هذا الهدف وذلك بالتخطيط المسبق سواءً للمناهج التعليمية أو لطريقة إيصال المعلومة.

- **ويمكن للوالدين اتباع مجموعة من الإجراءات الوقائية مع الأطفال من أجل تجنب حدوث مثل هذه الاضطرابات:**

- تجنب الممارسات والاتجاهات الخاطئة في تنشئة الأطفال .
- العمل على الإقلال من التعرض لنماذج العنف المتلفزة .
- العمل على تنمية الشعور بالسعادة وبث روح التعاون مع الآخرين .
- العمل على خفض مستوى النزاعات الأسرية، وعدم إظهارها أمام الأطفال .
- توفير أنشطه بدنية ايجابية للأطفال .
- تنظيم وترتيب بيئة للطفل .



بدون إهانة

العند أحد السلوكيات التى توجد لدي كثير من الأطفال نتيجة التنشئة الاجتماعية الخاطئة أو بعض المعايير التربوية التى لا يضعها الآباء فى الحسبان ، ويؤكد الخبراء أن الطفل لا يولد عنيداً ولكنه يقلد الكبار خاصة الوالدين ، وعندما يشاهد الحوارات اليومية بين الأب والأم التي يتشبث فيها كل منهما برأيه ويبتكران الكثير من الأساليب لعناد الآخر، يقلدهما حيث يبدأ بعناد أشقائه ثم زملائه في المدرسة ومن ثم والديه.

العناد ظاهرة سلوكية منتشرة بين الكثير من الأطفال، يرفض خلالها الطفل طاعة الأوامر من كل المحيطين به ، وإن فعلها فبعد تسويف وتأجيل وشد وجذب ، وإليكِ طرق تمكنك من التعامل مع طفلك العنيد ليصبح التعامل معه أكثر سلاسة بحسب جريدة «القبس» .

تجنبي الإحراج

إن كان طفلك عنيداً ، يجب أن تتوقعي منه أن يسبب لك الإحراج في الأماكن العامة، كوني واضحة جدا حول السلوك الذي تتوقعينه منه، على سبيل المثال عندما تصطحبينه معك إلى الجمعية وترفضين شراء الآيس كريم له لأنه مصاب بالبرد، يجب أن تتوقعي منه أن يقوم بعمل جلبة وضجة وفوضى داخل المكان، في الوقت نفسه يجب أن تكوني جاهزة بالتصرف الذي ستقومين به في هذه الحالة.

توقعي ذكاءه

بعض الآباء والأمهات يعتقدون أن الأطفال لا يمكنهم فهم وجهات نظر الكبار، لكن الواقع يؤكد عكس ذلك ، فالطفل ذكي، وسيفهم الأمر اذا شرحناه له بطريقة هادئة تناسب سنه. فعندما تطلبين من طفلك العنيد الكف عن سلوكه، يجب أن تنتقي طريقة الحديث معه.

لا تلقي إليه الأوامر وانتهى الأمر، بل اشرحي له المغزى من وراء ما طلبت منه بهدوء وسيتفهم، فبدلا من أن تقولي له «أغلق التيلفزيون في هذه اللحظة قولي له «حان موعد النوم وستذهب إلى المدرسة غدا وينبغي أن تكون في السرير الآن» عندما تشرحين لطفلك السبب من وراء أوامرك سيتفهم الأمر ويطيعه.

مهلة تتبعها العواقب

من أفضل الطرق التي تحد من سلوك الطفل العنيد هي منحه مهلة لكي يتوقف عن التمادي في العناد، عندما يرفض الانصياع لكل ما تطلبين منه، امنحيه مهلة على غرار «سأعد إلى ثلاثة وعليك أن تتوقف عن مضايقة أختك»، أو «سامنحك ثلاث دقائق لإغلاق الكمبيوتر» ومن المهم أن تربطي منحه للمهلة بالعواقب التي تنتظره مثل «لن نذهب إلى السينما في نهاية الأسبوع».

لا للعنف

القسوة والإهانة لعقاب الطفل على العناد من أفشل الطرق التي يمكن أن ترده إلى الطريق الصحيح، لأنها تعني فشل الكبار في تصحيح مسار الطفل العنيد ، كما أن استخدام العنف قد يفاقم من عناده، لأنه سيتشبث بالعناد كأسلوب يتحدى به طريقة معاملته الفظة، فأفضل طريقة للتعامل مع الطفل العنيد هي عدم التصعيد معه وإنما التعامل مع الأمر ببعض الصبر والحكمة والهدوء.

الحزم مطلوب

من المهم التعامل مع الطفل العنيد بحزم، فعندما يرفض إطاعة الأوامر يجب أن يعرف أن هناك عواقب في انتظاره في المرة القادمة، كوني واضحة معه في توضيح العواقب التي تنتظره في المرة القادمة، ويجب أن تتأكدي من أن طفلك يعي أنه إن خالف القاعدة سيكون هناك عقاب، تنبهي إلى أنه سيضعك تحت الاختبار، فدعيه يأخذ تهديدك على محمل الجد.

حلول وسط

من أفضل الطرق للتعامل مع الطفل العنيد الوصول معه إلى حلول وسط ،

عندما يشاهد التلفيزيون وتطلبين منه الذهاب إلى السرير، فيرفض وتلجأين الى القوة لإجباره على النوم، سيقوده عناده للبقاء مستيقظا طوال الليل، بدلا من ذلك جربي حلا وسطا، قولي له «سأمنحك 10 دقائق إضافية وبعدها تذهب الى النوم».

مكافأة السلوك الجيد

إن كنت تعاقبينه عندما يعاند ويرفض طاعة أوامرك فيجب مكافأة سلوكه الجيد، المكافأة سلاح فعال لتغير سلوكياته السيئة وتعزيز السلوك الجيد ، عندما يفعل طفلك العنيد الشيء الصحيح امدحي سلوكه وقدمي له مكافأة، وسيفهم انه تجري مكافأته على طاعته وعدم تحدي أوامر والديه. وقبل أن يلجأ إلى العناد سيفكر أكثر من مرة لكي لا يحرم من المكافأة على سلوكه الجيد.

توجيه سليم

لا يجب التعامل مع الطفل العنيد على أنه كابوس دائما فقد يكون العناد ميزة ، فالطفل العنيد يتمتع بشخصية قوية، والعناد يمنحه القوة في مواجهة الكثير من المواقف الصعبة، كمواجهة المتنمرين في المدرسة مثلا أو في الشارع ، كما أنه قد يكون أكثر قدرة على التعلم والتقدم الدراسي ، فهو أكثر تركيزاً وأسرع في الاستيعاب ،المهم هنا هو دور الأسرة في كيفية التعامل مع عناد الطفل وتوجيهه الوجهة السليمة.

ما الذي يجعله عنيدا؟

- يلجأ الطفل إلى العناد عندما تتعارض أوامر الكبار مع ميوله ورغباته، مثل أن نطلب منه أن يفعل شيئا بينما هو منهمك في اللعب.

- التدليل الزائد للطفل من دون تدريبه على معرفة الفرق بين الصواب والخطأ يجعل الأمر يتطور إلى العناد وقد يؤدي إلى تمرده.

- قد تكون اللغة المستخدمة في التعامل معه تفوق سنه أو استيعابه العقلي، وبالتالي يرفض تنفيذ الأوامر لأنه لا يفهم المطلوب منه.

- كثرة الأوامر والطلبات واستخدام طريقة التهديد والوعيد تجعله يرفض الانصياع لها ومن ثم يصل إلى مرحلة العناد.

- تضارب الأوامر والطلبات الصادرة من الوالدين له تصيبه بالتشوش وقد تؤدي به إلى العناد تجاه الطرفين.

- قد يكون العناد تعبيرا منه، خاصة إن كان في سن أكبر، لكي يكون مستقلا ، كما قد يكون نوعا من لفت انتباه الوالدين، خاصة إن كان يشعر بان الوالدين يفضلان أخاه أو أخته عليه.



العدوان والغضب الشديد

تشتكي بعض الأمهات من سلوك أطفالها العدواني، وتجهل الأسباب التي أدت إلى ذلك، وبالتالي طرق العلاج التي من شأنها أن تقوّم هذا السلوك

والعدوان: هو السلوك الذي يؤدي إلى إلحاق الضرر والأذى بالناس.

قد يكون نفسياً: مثل الإهانة أو التحقير أو الهجوم اللفظي، كإطلاق الأسماء غير المستحبة والإغاظة والشتم والتشاجر والتهديد.

والبدني: عن طريق الضرب واللكم والرفس ورمي الأشياء أو الدفع أو البصق أو العض.

العدوان بين الأطفال ثلاثة أنواع

1ـ عدوان ناتج عن استفزاز، حين يدافع الطفل عن نفسه ضد عدوان واحد من أقرانه عليه.

2ـ عدوان تلقائي: حيث يقوم الطفل بالمقاتلة بشكل مستمر حتى يسيطر على أقرانه بالضرب أو الإغاظة.

3ـ عدوان ينشأ عن نوبات الغضب أو الانفجار، حيث يقوم بتحطيم الأشياء في البيت أو قذفها عندما يصبح عصبياً ولا يستطيع أن يسيطر على نفسه.

الطفل العدواني من صفاته أنه سريع الانفعال لأتفه الأسباب، ضعيف التعبير عن مشاعره، أقل ذكاء من الأطفال العاديين، كثير الإزعاج والتذمر.

من أسباب العدوان

بعض الناس يظن أن العدوان، استعداد فطري في طبيعة الإنسان، فهو يجب أن يقاتل وهذا غير صحيح.

معظم مشاجرات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة تنشأ بسبب الصراع على الممتلكات، وكل طفل يحاول أن يأخذ ما بيد الآخر أو لعبه.

الأطفال يتعلمون كثيراً من ضروب العدوان عن طريق الملاحظة والاقتداء بسلوك الرفاق والإخوة أو الوالدين.

ولذلك ينبغي مساعدة الطفل على اختيار الرفاق الطيبين.

غياب الأب لفترات طويلة دافع مهم، حيث يتمرد الأطفال خصوصاً الذكور على سلطة الأم، وأكثرهم يرى أن التصرفات العدوانية عنوان الرجولة ودليل عليها!

ـ بعض البيئات تمجد العنف وتحبذ التنافس على تدعيم سلوك العدوان لدى الأطفال، مثل بعض القبائل البدوية، وهو يشكل تدنياً اجتماعياً وثقافياً.

ما هي الطرق لعلاج العدوان؟

- لا بد من معرفة الدوافع وراء العدوان..

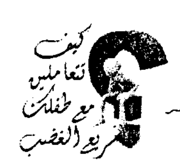
- عدم عرض نماذج عدوانية أمام الأطفال أو تعريضهم لمواقف عدوانية من الوالدين أو الكبار المحيطين بهم أو حتى وسائل الإعلام، الملاكمة، المصارعة، الرياضة العنيفة.

- يمكن أن تُصرف نوبات العدوان من خلال أنشطة اللعب المختلفة؛ أي تفريغ طاقة الطفل في اللعب، لأن اللعب يتيح للطفل مجالاً للتخلص من النزعات العدوانية، فمثلاً الطفلة التي تلعب بعروستها وتضربها تخفف من ميلها إلى ضرب أختها التي تغار منها وتراها منافسة لها.

ولا بد أن يفهم أن ما يشاهده هو مجرد تسلية خيالية لا تمثل نموذجاً صادقاً لعالم الواقع.

ـ يجب أن نعلم الطفل كيف يصفح ويعفو ويتعلم الإحسان في مقابل الإساءة، والعفو مقابل الغيظ، ونقص له القصص التي تدل على ذلك.

- لا بد من إعطاء الطفل حرية الحركة ولا نعرضه للإحباط أو للفشل.



نوبات الغضب أو العصبية عند الأطفال

نوبة الغضب هي صورة عنيفة من حالة الغضب، وتظهر في شكل حالات من الغضب الشديد والهياج والعنف وتكسير الأشياء، والتدحرج على الأرض والصراخ والشتم تكثر من سن 2 إلى 4 سنوات تقريباً، وتقل من سن 5 إلى 12 سنة، حيث يصبح الطفل قادراً على أن يعبر عن أفكاره في صورة لفظية، أما في فترة المراهقة فتحدث في أحيان متباعدة.

مظاهر الغضب قد تكون بالصورة التي نعرفها، وهي أسلوب الصراخ والثورة ودفع الأبواب.

وهناك أسلوب آخر لا نعرفه ويكون مصحوباً بالانطواء والعزلة والإضراب عن الطعام وعن الكلام، وهذا الأسلوب أشدّ ضرراً على الطفل، لأن فيه كتماً لانفعال الغضب.

ما هي أسباب نوبات الغضب

1ـ حينما يكون أحد الوالدين أو كلاهما سريع الغضب، حاد الانفعال، يثور لأتفه الأسباب، فإن العدوى تنتقل إلى الأطفال بسهولة.

2ـ أو استبداد أحد الأبوين وتسلطه فيحرم الطفل من شيء اعتاد الحصول عليه، فإنه لا يلبث أن يغضب ويثور.

3ـ شعور الطفل أنه منبوذ أو مرفوض في بعض الحالات، أو الشعور بعدم القبول من الوالدين يجعله سريع التأثر والغضب.

3ـ تقييد حرية الطفل وحركته في اللعب الحر أو في التنفيس عن رغباته ومشاعره وممارسته هواياته يجعله يشعر بفداحة الظلم الواقع عليه فيغضب ويثور.

بعض الأحيان يكون سبب الغضب مرض الطفل بمرض جسمي يفقده السيطرة على نفسه، مثل سوء التغذية أو الإمساك أو تلوث الأطعمة، حدوث خلل في إفرازات بعض الغدد، كازدياد إفرازات الغدة الدرقية أو فوق الكلوية أو التناسلية.

طرق العلاج

1ـ تقديم المثل والقدوة من الوالدين في ضبط النفس وكظم الغيظ والهدوء والتروي.

كذلك ينبغي عدم السخرية والاستهزاء بالطفل وعدم إظهاره بمظهر العاجز، فإن ذلك يستثير غضبه وانفعاله.

2ـ الابتعاد عن أسلوب إجبار الطفل على الطاعة لمجرد الطاعة، وينبغي إشعاره بأهميته وعدم إكراهه على القيام بأي عمل أياً كانت أهميته.

تعليمه الاقتداء بقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (ليس الشديد بالصرعة، ولكن الشديد من يملك نفسه عند الغضب).

كيف نتعامل مع غضب الاطفال:

نوبات الغضب تتواجد في كثير من الاطفال بين عمر سنتين الى 4 سنوات ..في بعض الاحيان تكون لها خلفية مرضية

نرى ان الطفل اذا لم تلبي رغبته يصرخ بقوة و يبكي ويرمي نفسه على الارض واحيانا يدق رأسه غضبا .

ماذا نفعل في هذه الحالة ؟

بالذات لو حصلت هذه المشكلة امام الناس .. او في مكان عام .. فالطفل يطلب حلوى او ايس كريم في مجمع سوبر ماركت أو لعبة في سوق عام .. وعند رفض الاهل يبدأ بالصراخ ومنعا للاحراج نرى ان الاهل يلبوا طلبه فقط لاسكاته وابعاد نظرات الناس .

كيف نتحكم في هذه النوبات:

الابحاث و الدراسات السلوكية على الاطفال تفيد بان تلبية رغبة الطفل عند الصراخ .. و اعطاءه ما يريد هي السبب الرئيسي لجعل هذا التصرف يستمر ...مرة واحدة يفعلها الطفل و تصبح عنده عادة .. فيعلم ان اسهل طريقة لفعل ما يريد هو الصراخ و الغضب .

ماذا نفعل ؟

-1 كن هادئا .. و لا تغضب .. واذا كنت في مكان عام لا تخجل ..وتذكر ان كل الناس عندهم اطفال و قد تحدث لهم مثل هذه الامور.

-2 ركز على الرسالة التى تحاول ان توصلها الى طفلك . وهى ان صراخك لا يثير أي اهتمام أو غضب بالنسبة لي و لن تحصل على طلبك.

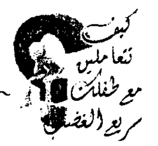
-3 تذكر .. لا تغضب و لا تدخل في حوار مع طفلك حول موضوع صراخه مهما كان حتى لو بادرك بالاسئلة.

-4 تجاهل الصراخ بصورة تامة .. و حاول ان تريه انك متشاغل في شئ اخر .. و انك لا تسمعه لو قمت بالصراخ في وجهه انت بذلك اعطيته اهتمام لتصرفه ذلك ولو اعطيته ما يريد تعلم ان كل ما عليه فعله هو اعادة التصرف السابق .

-5 اذا توقف الطفل عن الصراخ وهدأ.. اغتنم الفرصة واعطه اهتمامك واظهر له انك جدا سعيد لانه لا يصرخ.. واشرح له كيف يجب ان يتصرف ليحصل على ما يريد مثلا ان يأكل غذاءه اولا ثم الحلوى أو ان السبب الذي منعك من عدم تحقيق طلبه هو ان ما يطلبه خطير لا يصح للاطفال.

-6 اذا كنت ضعيفا امام نوبة الغضب امام الناس فتجنب اصطحابه الى السوبر ماركت أو السوق أو المطعم حتى تنتهي فترة التدريب ويصبح اكثر هدوءا .

-7 ومن المفيد عندما تشعر ان الطفل سيصاب بنوبة الغضب قبل ان يدخل في البكاء حاول لفت انتباهه على شيء مثير في الطريق ... اشارة حمراء .. صورة مضحكة .. او لعبة مفضلة . و اخيرا تذكر .. نقطة هامة دائما مرة واحدة فقط كافية ليتعلم الطفل انه اذا صرخ و بكي و اعطى ما يريد عاودا التصرف ذاك مرة اخرى.

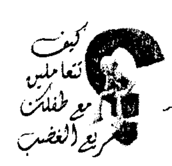


عندما يصبح
الطفل سيارة سباق بلا فرامل

لقد كثرت الشكوى مؤخراً من الأطفال كثيري الحركة مع قلة الانتباه. وقد أظهرت الدراسات أن هؤلاء الأطفال لا يستطيعون السيطرة على حركاتهم، كما أن عدم الانتباه ليس مقصوداً ولكنه يحدث بالرغم عنهم لأنهم مرضى. هذا المرض يصيب من 3 إلى5٪ من أطفال العالم، وينتشر بين الذكور أكثر من الإناث ويصيب الأطفال من مختلف مستويات الذكاء ويستمر إلى البلوغ وأحياناً لما بعد البلوغ. وهو نتيجة لتغير في كيمياء الدماغ وتتدخل الوراثة فيه بشكل ظاهر. كما أن تعثر الولادة قد يؤدي إلى حدوث المرض.أعراضه: قلة الانتباه والإهمال والتهور والاندفاع مع كثرة النشاط البدني. وتوجد أنواع ثلاثة من المصابين بهذا المرض إما أن يكون الطفل:- قليل الانتباه ومهملاً.- كثير الحركة والنشاط مع التهور والاندفاع.- أو يجمع بين الاثنين معاً.عرف المرض بواسطة جمعية أمريكية تعنى بالظواهر غير العادية في الأطفال. الطفل المصاب بهذا المرض يكون قليل الإنجاز سواء في المنزل أو المدرسة، مما يسبب له شعوراً بالدونية وعدم احترام الذات. وبذلك يدخل في دائرة الفشل وهي دائرة تحيط بالشخص حتى تسلمه لليأس. إن لم نكسرها ونخرجه منها وذلك من خلال:- تدريب الآباء والمعلمين على التعامل مع هذا النوع من الأطفال.- تخصيص برامج علمية لمساعدة المجتمع على تقبل هذه الفئة والتعامل معها.- العلاج النفساني إما للطفل وإما للعائلة مع الطفل. لماذا العائلة؟ لأن الأسرة تشعر أنها فشلت كما أن المجتمع يلقي باللوم على الأم فتعتقد أنها سيئة وتشعر بالخجل والإحباط مع شعور بالذنب يؤدي إلى تفاقم المشكلة.على الأم التي لديها طفل من هذا النوع التحدث بشأنه مع أمهات أخريات وربما يُكَوّن فريقاً يلتقي بين الحين والآخر لتستفيد كل واحدة من

خبرات الأخريات مع عرض الطفل على الاختصاصيين في هذا المجال.هذا الطفل يتأثر جداً بالبيئة المحيطة به ويمكن أن تزداد الاضطرابات بتغيير البيئة أو اختلافها.الأم التي لديها طفل من هذا النوع تلاحظ زيادة اضطرابه عندما يكون لديها ضيوف أو عندما تخرج به خارج البيت.هؤلاء الأطفال يمتازون بحب الاستطلاع بشكل غريب ويتجاوبون مع المنبهات والمثيرات وأقل حركة يمكن أن ينصرف لها الطفل وتشده عما يعمله.وبالرغم من شقاوة هؤلاء الأطفال وعدم انضباطهم إلا أنهم يكرهون اللوم.الصعوبات التي يعاني منها الطفل في البيت والمدرسة- صعوبة في اتباع الإرشادات.- لا يستطيع إنجاز العمل مثل غيره من الأطفال.- عدم النضج في التفكير.- سريع الشعور بالفشل والإحباط.- سريع الغضب.- عنيف أو مخرب يتلف الأشياء.-غير مطيع فهو يرفض باستمرار.- باختصار هو طفل مزعج.الأساليب التي يستخدمها الآباء وقد تؤدي إلى تفاقم المشكلة- العقاب بشكل متناقض.- الأوامر المستمرة المكثفة.- الغضب والثورة الشديدة لأمور تافهة لا أساس لها.هناك أيضاً المعاناة التي تصيب الأم وتجعلها تشعر بالإحباط والفشل مع شعور شديد بالذنب. ولأن الطفل معلق بأمه تنتقل له هذه المشاعر ولا يستطيع التعبير عنها.كما أن الأم والأب يلوم كل منهما الآخر ويلوم الإخوة والأخوات والطفل ويصبح شبه منبوذ منهم مما يدفعه إلى الانتقام وبذلك يدخل الطفل والمحيطون به في حلقة مفرغة.لونظرنا إلى حالة هذا الطفل نجد أنه يشبه في تصرفاته سيارة سباق سريعة جميلة ولكن تنقصها الفرامل. لا يستطيع الطفل التركيز في أمر واحد لنشاط ذهنه غير العادي، مثل جهاز تلفزيون تنتقل بين محطاته دون التركيز على واحدة. هل تفهم شيئاً مما يعرض؟هؤلاء الأطفال يتصرفون دون تفكير في العواقب، يركب الدراجة وينزل بها في الدرج، يجيب قبل أن يرفع أصبعه، ينتقد صديقة أمه أمامها. لا يستطيع الجلوس لفترات طويلة لذلك هو ينتقل من مكان إلى آخر. يؤخر ما عليه إلى آخر لحظة ثم يندم بعد ذلك خاصة عند ظهور النتيجة. معظم هؤلاء الأطفال لا يجيدون الدراسة الأكاديمية. لا يكتشف المرض إلا الطبيب المختص لأننا عادة نخلط بين الطفل المريض والطفل المفرط في الدلع. لعدم وجود حدود تحد من

تصرفاته المزعجة.كل الأطفال -عادة- يظهر عليهم عدم التركيز في حالات:- ولادة طفل جديد.- مرض أو موت قريب.- انتقال من منزل إلى آخر أو من مدرسة إلى أخرى.- انفصال الأبوين أو كثرة الشجار بينهما.- سفر المربية.وهذه حالات عادية تظهر لدى الكثير من الأطفال إلا أنها تظهر بصورة غير عادية عند الطفل المريض بهذا المرض.أسباب المرض القشرة الخارجية للدماغ هي التي تتحكم في التفكير والتعلم وتحتها توجد مراكز الإرسال التي تخبر العقل بما هو الأهم الآن لكي يركز عليه. في الدماغ خلايا عصبية لا تلتصق ببعضها لأن بينها مسافات صغيرة جداً. عند هذا الطفل هناك احتكاك في الخلايا العصبية لعدم وجود القنوات التي تفصل بين المرسلات مما يجعل الرسائل في ذهنه مشوشة وغير واضحة.لذلك نجد الأطفال يعانون عادة من الشعور بأنهم:مضطربون، مشدودون، مضغوطون، غير صبورين، غاضبون، خائفون، متعصبون، معذبون، غير مفهومين من الآخرين ، قلقون، يشعرون بالضغط عليهم من الآخرين، ضائعون، سريعو النسيان، غير محبوبين من الآخرين.هل جرب أحدنا أن يكون تحت هذه الضغوط؟ هذا هو ما ينتاب الطفل من بداية تعرفه على الحياة إلى أن يعالج أو يكبر وتتحسن أحواله. لماذا لا ننظر إلى مواهب هذا الطفل ومميزاته؟هذا الطفل يكون عادة نشيطاً جداً مما يجعله يتفوق في الرياضة. تفكيره غير المنطقي يجعله قادراً على اختراع حلول غير عادية للمشكلات. أيضاً بإمكانه أن يبدع في مجال الفنون بأنواعها. ونتيجة لحساسيته الشديدة يصبح قادراً على التعامل مع الناس بمعرفة أحاسيسهم. هو ذكي بدرجة عالية، لكن علينا استغلال ذكائه فيما يفيد خصوصاً وهو شخص مرن قابل للانتقال من نشاط إلى آخر.فلنتذكر- الكل يحتاج إلى من يشاركه الأعمال والأنشطة والحوار خصوصاً هذا الطفل.- الاستماع الجيد لما يقوله الطفل ومساعدته في الواجبات.- العلاقة الجيدة بالجد والجدة وترك الفرصة لهم لحل مشكلات الصغار يفيد جداً مثل هؤلاء الأطفال.- المعلمة الخاصة قد تكون جيدة خاصة إذا كانت تجيد التعامل مع هؤلاء الأطفال، ولا تذاكر له الأم، وتتفرغ للعمل معه في أوقات الفراغ ليكون قريباً منها مستمتعاً برفقتها.



الفهرس